



**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA
DE AGUASCALIENTES**

CENTRO DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANIDADES

TESIS

ANÁLISIS DE SESGO METODOLÓGICO Y DE GÉNERO EN INVESTIGACIÓN
SOBRE EL ESTRÉS Y SU AFRONTAMIENTO

PRESENTA

Mtro. Oscar Camacho Gómez

PARA OBTENER EL GRADO EN DOCTOR EN PSICOLOGÍA

TUTOR

Dr. Francisco Javier Pedroza Cabrera

COMITÉ TUTORAL

Dra. Mónica Fulgencio Juárez

Dra. Gabriela Navarro Contreras

Dr. José María de la Roca Chiapas

Aguascalientes, Ags. Octubre. 2024

**CARTA DE VOTO APROBATORIO
COMITÉ TUTORAL**

**Mtra. MARÍA ZAPOPAN TEJEDA CALDERA
DECANO (A) DEL CENTRO DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANIDADES**

PRESENTE

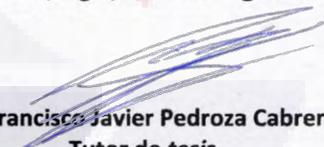
Por medio del presente como **Miembros del Comité Tutorial** designado del estudiante **OSCAR CAMACHO GÓMEZ** con ID **341893** quien realizó la tesis titulada: **ANÁLISIS DE SESGO METODOLÓGICO Y DE GÉNERO EN INVESTIGACIÓN SOBRE EL ESTRÉS Y SU AFRONTAMIENTO**, un trabajo propio, innovador, relevante e inédito y con fundamento en el Artículo 175, Apartado II del Reglamento General de Docencia damos nuestro consentimiento de que la versión final del documento ha sido revisada y las correcciones se han incorporado apropiadamente, por lo que nos permitimos emitir el **VOTO APROBATORIO**, para que él pueda proceder a imprimirla así como continuar con el procedimiento administrativo para la obtención del grado.

Ponemos lo anterior a su digna consideración y sin otro particular por el momento, le enviamos un cordial saludo.

ATENTAMENTE

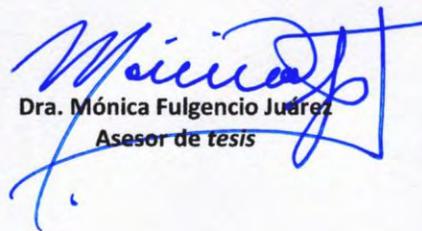
"Se Lumen Proferre"

Aguascalientes, Ags., a 22 de Agosto de 2024


Dr. Francisco Javier Pedroza Cabrera
Tutor de tesis


Dra. Gabriela Navarro Contreras
Asesora de tesis


Dr. José María de la Roca Chiapas
Asesor de tesis


Dra. Mónica Fulgencio Juárez
Asesor de tesis

c.c.p.- Interesado

c.c.p.- Secretaría Técnica del Programa de Posgrado

Fecha de dictaminación dd/mm/aaaa: 08/10/2024

NOMBRE: Camacho Gómez Oscar **ID** 341893
PROGRAMA: Doctorado en Psicología **LGAC (del posgrado):** Psicología de la Salud
TIPO DE TRABAJO: (x) Tesis () Trabajo Práctico
TÍTULO: Análisis de sesgo metodológico y de género en investigación sobre el estrés y su afrontamiento.

IMPACTO SOCIAL (señalar el impacto logrado): El estudio generó conocimiento sobre el estado actual de la investigación sobre el estrés y los posibles sesgos. Se encontró una deficiencia importante tanto a nivel metodológico como en cuestiones de género que comprometen la validez y confiabilidad de los resultados de estas investigaciones, a su vez esto limita la utilidad de la información generada para su uso a nivel clínico y social

INDICAR	SI	NO	N.A. (NO APLICA)	SEGÚN CORRESPONDA:
Elementos para la revisión académica del trabajo de tesis o trabajo práctico:				
SI				El trabajo es congruente con las LGAC del programa de posgrado
SI				La problemática fue abordada desde un enfoque multidisciplinario
SI				Existe coherencia, continuidad y orden lógico del tema central con cada apartado
SI				Los resultados del trabajo dan respuesta a las preguntas de investigación o a la problemática que aborda
SI				Los resultados presentados en el trabajo son de gran relevancia científica, tecnológica o profesional según el área
SI				El trabajo demuestra más de una aportación original al conocimiento de su área
SI				Las aportaciones responden a los problemas prioritarios del país
SI				Generó transferencia del conocimiento o tecnológica
SI				Cumple con la ética para la investigación (reporte de la herramienta antiplagio)
El egresado cumple con lo siguiente:				
SI				Cumple con lo señalado por el Reglamento General de Docencia
SI				Cumple con los requisitos señalados en el plan de estudios (créditos curriculares, optativos, actividades complementarias, estancia, predoctoral, etc)
SI				Cuenta con los votos aprobatorios del comité tutorial, en caso de los posgrados profesionales si tiene solo tutor podrá liberar solo el tutor
NA				Cuenta con la carta de satisfacción del Usuario
SI				Coincide con el título y objetivo registrado
SI				Tiene congruencia con cuerpos académicos
SI				Tiene el CVU del Conacyt actualizado
SI				Tiene el artículo aceptado o publicado y cumple con los requisitos institucionales (en caso que proceda)
En caso de Tesis por artículos científicos publicados				
NA				Aceptación o Publicación de los artículos según el nivel del programa
NA				El estudiante es el primer autor
NA				El autor de correspondencia es el Tutor del Núcleo Académico Básico
NA				En los artículos se ven reflejados los objetivos de la tesis, ya que son producto de este trabajo de investigación.
NA				Los artículos integran los capítulos de la tesis y se presentan en el idioma en que fueron publicados
NA				La aceptación o publicación de los artículos en revistas indexadas de alto impacto

Con base a estos criterios, se autoriza se continúen con los trámites de titulación y programación del examen de grado:

SI X
 No

FIRMAS

Elaboró:

* NOMBRE Y FIRMA DEL CONSEJERO SEGÚN LA LGAC DE ADSCRIPCIÓN:

DRA. MARTHA LETICIA SALAZAR GARZA

NOMBRE Y FIRMA DEL SECRETARIO TÉCNICO:

DRA. MARINA LILIANA GONZÁLEZ TORRES

* En caso de conflicto de intereses, firmará un revisor miembro del NAB de la LGAC correspondiente distinto al tutor o miembro del comité tutorial, asignado por el Decano

Revisó:

NOMBRE Y FIRMA DEL SECRETARIO DE INVESTIGACIÓN Y POSGRADO:

DR. ALFREDO LÓPEZ FERREIRA

Autorizó:

NOMBRE Y FIRMA DEL DECANO:

MTRA. MARÍA ZAPOPANTEJEDA CALDERA

Nota: procede el trámite para el Depto. de Apoyo al Posgrado

En cumplimiento con el Art. 105C del Reglamento General de Docencia que a la letra señala entre las funciones del Consejo Académico: ... Cuidar la eficiencia terminal del programa de posgrado y el Art. 105F las funciones del Secretario Técnico, llevar el seguimiento de los alumnos.

Elaborado por: D. Apoyo al Posg.
 Revisado por: D. Control Escolar/D. Gestión de Calidad.
 Aprobado por: D. Control Escolar/ D. Apoyo al Posg.

MODELO TRANSACCIONAL DEL ESTRÉS Y ESTILOS DE AFRONTAMIENTO EN INVESTIGACIÓN PSICOLÓGICA DEL ESTRÉS: ANÁLISIS CRÍTICO.

Transactional model of stress and coping styles in psychological stress research: Critical analysis.

Oscar Camacho Gómez¹ ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-7623-7524>

Francisco Javier Pedroza Cabrera¹ ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4280-3795>

Gabriela Navarro Contreras² ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4744-2351>

José María de la Roca Chiapas² ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2563-403X>

Mónica Fulgencio Juárez³ ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9715-4764>

¹Universidad Autónoma de Aguascalientes

²Universidad de Guanajuato

³Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo

Resumen

El modelo transaccional del estrés, desarrollado por Lazarus y Folkman en 1984, revolucionó la comprensión del estrés al abordarlo como un proceso dinámico y multifactorial, en contraste con las teorías previas que lo consideraban una respuesta automática. Sin embargo, persisten discrepancias, especialmente en la concepción del afrontamiento. Mientras el modelo transaccional enfatiza la adaptabilidad y cambio continuo, los estilos de afrontamiento sugieren una predisposición estable hacia estrategias específicas. Este texto examina estas diferencias y busca promover una aplicación más precisa del modelo transaccional en la investigación sobre el estrés.

Palabras clave: Estrés, Afrontamiento, Modelo transaccional, Estilos de afrontamiento.

Abstract

The transactional model of stress, developed by Lazarus and Folkman in 1984, revolutionized the understanding of stress by approaching it as a dynamic and multifactorial process, in contrast to previous theories that considered it an automatic response. However, discrepancies persist, especially in the conception of coping. While the transactional model emphasizes adaptability and continuous change, coping styles suggest a stable predisposition toward specific strategies. This text examines these differences and seeks to promote a more precise application of the transactional model in stress research.

Keywords: Stress, Coping, Transactional model, Coping styles.

Recibido: 27 de enero de 2024. Aceptado: 20 de julio de 2024.

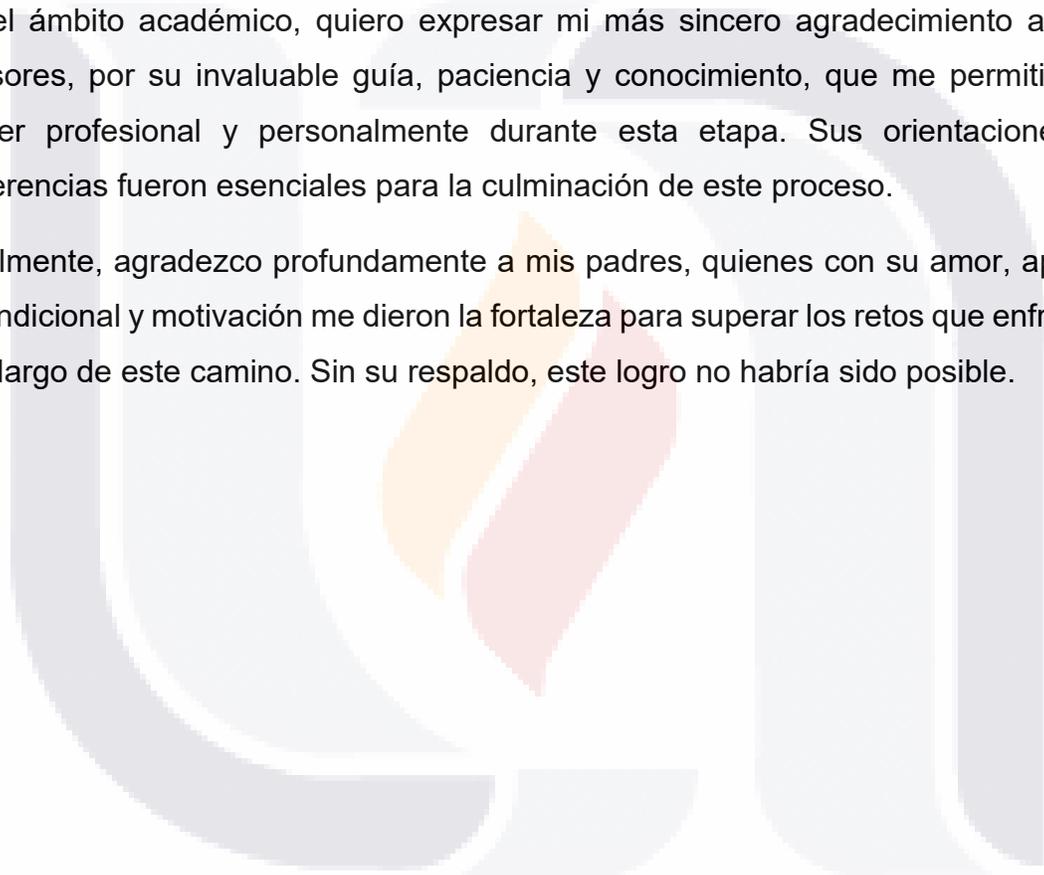
Correspondencia: Oscar Camacho Gómez. Universidad Autónoma de Aguascalientes. Av. Universidad 940, Ciudad Universitaria, C.P. 20100, Aguascalientes, Ags. Correo electrónico: oscar.camacho@umich.mx

Agradecimientos

Agradezco al **Consejo Nacional de Humanidades, Ciencia y Tecnología (CONAHCYT)** por el apoyo financiero brindado durante mis estudios, lo cual fue fundamental para la realización de este trabajo. De igual manera, expreso mi reconocimiento al **Doctorado Interinstitucional en Psicología**, que me proporcionó el espacio académico y los recursos necesarios para desarrollar este proyecto.

En el ámbito académico, quiero expresar mi más sincero agradecimiento a mis asesores, por su invaluable guía, paciencia y conocimiento, que me permitieron crecer profesional y personalmente durante esta etapa. Sus orientaciones y sugerencias fueron esenciales para la culminación de este proceso.

Finalmente, agradezco profundamente a mis padres, quienes con su amor, apoyo incondicional y motivación me dieron la fortaleza para superar los retos que enfrenté a lo largo de este camino. Sin su respaldo, este logro no habría sido posible.



Índice

Índice de Tablas y Figuras..... 2

Resumen 3

Abstract..... 4

Introducción/Planteamiento del problema 5

El Género, El Sexo, El Sesgo y El Sesgo de Género. 10

Introducción al estrés..... 15

Diferencias fisiológicas entre sexos en el estrés18

Hipótesis Hormonal.....19

Hipótesis de la activación cerebral23

Sesgos en la investigación biológica sobre el estrés.....24

Percepción y cognición en el estrés26

**Hipótesis sobre las diferencias entre mujeres y hombres en el estrés y
 enfrentamiento basadas en la teoría transaccional.38**

La hipótesis de los estilos de afrontamiento38

Justificación..... 47

Metodología 50

Objetivos.....50

 Objetivo general50

Procedimiento50

 Criterios de exclusión51

 Criterios de inclusión52

Resultados 55

Discusión y Conclusiones 61

Referencias 81

Índice de Tablas y Figuras.

Figura 1: Modelo Transaccional del estrés simple 30
Figura 2: Modelo transaccional complejo 30
Figura 3: Estadísticas de selección..... 57

Tabla 1: Búsqueda en bruto 55
Tabla 2: Resultados del análisis de sesgo 58
Tabla 3: Kappa de Cohen 59



En investigación el término sesgo, hace referencia a la presencia de un error sistemático que compromete la validez de sus resultados, juicios e interpretaciones. El objetivo de la presente es analizar la investigación existente sobre el estrés y su afrontamiento en busca de dos tipos de sesgo, el sesgo metodológico, el cual se divide en 6 tipos: teórico, muestral, instrumental, de análisis, de interpretación y de publicación. Y el sesgo de género, el cual se divide en 4 tipos: androcentrismo, ceguera de género, asunción incorrecta de igualdad y discriminación. El estrés es un fenómeno multivariado compuesto por elementos biológicos, cognitivos y socioculturales, y que favorece la adaptación ante estímulos percibidos como desafiantes, pero su exceso conlleva problemas de salud física y mental, su naturaleza compuesta le hace susceptible a un sesgo en su estudio, lo que puede tener consecuencias en su tratamiento, al basarse en premisas incompletas o incorrectas. Para ello se realizó un análisis de artículos científicos de 7 bases de datos en el periodo 1979-2022, los cuales se obtuvieron mediante una revisión sistemática asistida por el modelo de aprendizaje automático ASReview, la muestra en análisis se compuso de 4205 artículos, de los cuales se analizó una muestra estadísticamente significativa de 600, los resultados indican la presencia de sesgo en el 60% de la muestra analizada. Siendo en lo metodológico, el sesgo teórico el más frecuente (28.2%) y la ceguera de género (34,7%) en lo correspondiente al género. De una puntuación sesgo total posible de 10 puntos, la muestra analizada presenta una media de 1.57, desviación estándar de 1.67 y una máxima de 8.

Abstract

In research, the term bias refers to the presence of a systematic error that compromises the validity of its results, judgments and interpretations. The objective of the present study is to analyze the existing research on stress and its coping in search of two types of bias, the methodological bias, which is divided into 6 types: theoretical, sampling, instrumental, analysis, interpretation and publication. And gender bias, which is divided into 4 types: androcentrism, gender blindness, incorrect assumption of equality and discrimination. Stress is a multivariate phenomenon composed of biological, cognitive and sociocultural elements, which favors adaptation to stimuli perceived as challenging, but its excess leads to physical and mental health problems, and its compound nature makes it susceptible to a bias in its study, which may have consequences in its treatment, since it is based on incomplete or incorrect premises. For this purpose, an analysis was made of scientific articles from 7 databases in the period 1979-2022, which were obtained through a systematic review assisted by the automatic learning model ASReview, the sample under analysis was composed of 4205 articles, of which a statistically significant sample of 600 was analyzed, the results indicate the presence of bias in 60% of the sample analyzed. Methodologically, theoretical bias was the most frequent (28.2%) and gender blindness (34.7%) in terms of gender. From a total possible bias score of 10 points, the analyzed sample presents a mean of 1.57, standard deviation of 1.67 and a maximum of 8.

Introducción/Planteamiento del problema

En investigación el término sesgo hace referencia a la presencia de un error sistemático, el sesgo de género ocurre cuando la precisión de los juicios e interpretaciones en la investigación varían en función del género, siendo estos o más válidos o solo válidos para solo una parte de la muestra (Cislak, et al, 2018; Garb, 1997; Mills, et al, 2012). Ya que hemos definido y desarrollado los conceptos de sesgo y sesgo de género, es momento de aplicarlos a un tema o cuerpo teórico en particular, en este caso el estrés y su afrontamiento. La elección se debe que el estrés es un concepto multifactorial compuesto por elementos biológicos, cognitivos y socioculturales, componentes que en su estudio pueden estar sujetos a algún tipo de sesgo, ya sea general o específicamente de género. Además de que el estrés tiene efectos probados en la salud física y mental de las personas, es importante confiar en la validez de los resultados e interpretaciones de la investigación. Para ello es necesario definir y desarrollar el estrés y las teorías alrededor de sus componentes.

El estrés es un mecanismo fisiológico de adaptación que mediante el sistema endocrino mejora nuestra capacidad para adaptarnos ante las demandas del entorno. Como concepto se define originalmente por el Dr. Hans Hugo Bruno Selye, quien en 1926 observa entre sus pacientes patrones de síntomas comunes que no tienen relación con las enfermedades que les habían sido diagnosticadas, llamándole inicialmente síndrome de adaptación general. Posteriormente tomaría de la física el término estrés y lo definiría como: La suma de todos los efectos inespecíficos de factores como: actividades cotidianas, agentes productores de enfermedades, drogas, hábitos de vida inadecuados, cambios abruptos en el entorno social, etc., que pueden actuar sobre la persona (Selye, 1960). A partir de estos estudios se configura el modelo sistémico del estrés, el cual está estrechamente ligado al funcionamiento biológico de este mecanismo. Las tres fases que contempla el modelo: Activación, defensa y agotamiento, corresponden a los cambios biológicos que ocurren en el organismo a partir de que la respuesta de estrés se desencadena (Selye, 1976).

Este modelo estaría en constante revisión desde su creación, primero incorporando el concepto de estresores dentro del modelo, distinguiendo al estrés como la reacción fisiológica y a los estresores como los estímulos causantes de la misma. Sin embargo, a pesar de estas revisiones, el modelo se mantuvo incompleto al no poder explicar el estrés en humanos más allá de lo biológico. Ya que, a pesar de considerar la existencia de los estresores, sólo los contempla como estímulos físicos, siendo su principal limitante al momento de intentar explicar por qué los seres humanos experimentan el estrés de forma distinta en los mismos contextos y sujetos a los mismos estresores. Esto sucede ya que en el caso de los seres humanos el estrés siempre es resultado de la mediación cognitiva (Krohne, 2002).

Por ello, se sustituiría por el modelo transaccional del estrés de Lazarus y Folkman. Este modelo construido desde una perspectiva fenomenológica-cognitiva (Terry & Jimmieson, 2003), el estrés se considera un concepto relacional, no definido por estímulo externo específico o algún patrón psicológico, comportamental o reacción subjetiva. Sino que el estrés es visto como la relación o transacción entre los individuos y su ambiente. Pasando el estrés a definirse como: Una relación con el entorno que la persona valora como significativa para su bienestar y en la que las demandas gravan o superan los recursos de afrontamiento disponibles (Lazarus y Folkman, 1984). Bajo este modelo se incorporan dos elementos clave: la apreciación cognitiva y el afrontamiento como algo dinámico.

Una vez dicho esto y aclarados los modelos más relevantes/aceptados sobre el estrés y las definiciones bajo las que operan. Un dato que aparece de manera consistente en la investigación sobre el estrés bajo ambos modelos es la diferencia en la experiencia del estrés entre mujeres y hombres. Esta diferencia estriba en que cuando se miden los niveles de estrés las mujeres, en el mismo contexto, reportan niveles significativamente más altos que los hombres (Brougham, et al, 2009; De la Rosa-Rojas, et al, 2015; Fernández, et al, 2017; Mónaco, et al, 2017). Aunque esta diferencia se reporta de manera constante en muchas investigaciones, hasta el momento no se ha consensuado sobre el origen y relevancia de esta diferencia.

Y si bien en investigaciones de corte descriptivo, usualmente, en los apartados de conclusiones y resultados se intenta dar explicación a esta diferencia, se hace en base de suposiciones e hipótesis no fundamentadas, estereotipos de género o no se hace mención de ello, ya que la medición de diferencias entre géneros solo se incluye como objetivo específico estándar. Quedando el género como una variable sin controlar y esta diferencia sin explicación. Esto nos lleva a la situación en que no se tiene consenso sobre un dato que aparece de forma constante en casi 6 décadas de investigación sobre el estrés.

No es que no se haya intentado explicar o no haya investigación al respecto, sino que no se ha llegado a aceptar una explicación concluyente y fundamentada sin caer en estereotipos de género. Volviendo a los modelos sobre el estrés, desde el modelo sistémico y del funcionamiento biológico del estrés se investigó esta diferencia atribuyéndola a diferencias biológicas o dimorfismos existentes entre los sexos, dando origen a hipótesis basadas en anatomía, fisiología, endocrinología o neurología (Camargo, 2012). Las cuales llegan a la conclusión de que el sistema biológico del estrés funciona igual en ambos sexos, y que, aunque si bien existen diferencias éstas no son lo suficientemente significativas para explicar al completo el fenómeno, algo reforzado por investigaciones en modelos animales, que reportan que efectivamente existe alguna diferencia de tipo biológico, pero al momento de trasladarlo a humanos, se obtienen resultados opuestos (Sánchez, et al, 2010; Shansky, et al, 2004, Ter Horst, et al, 2009; Trainor, et al, 2013). Esto nos indica que una aproximación exclusivamente biológica, puede considerarse como limitada, ya que aborda el problema desde solo uno de los factores que componen al estrés.

Esto nos lleva a que en los humanos el estrés esta mediado por lo cognitivo y lo sociocultural. Por lo tanto, podemos encontrar una explicación a través del modelo transaccional. Desde este modelo la primera aproximación a este problema proviene de los propios creadores. Lazarus y Folkman (1986) quienes investigaron las posibles diferencias entre mujeres y hombres en la experiencia del estrés bajo su modelo, llegando a la conclusión de que ni a nivel de apreciación cognitiva ni a nivel de afrontamiento existen diferencias significativas atribuibles al sexo, esto quiere decir que el proceso de apreciación cognitiva funciona igual en ambos sexos y el afrontamiento no está ligado al sexo. Sin

embargo, esta no es la explicación, solo se descartó que la diferencia radicara en la variable sexo, ya sea en diferencias en la percepción o en la cognición, sin embargo, no se probaron los posibles efectos de la variable género.

Esto no implica que la explicación no sea posible dentro de este modelo, sino que hay que abordarlo desde otro punto de vista. El modelo opera desde el supuesto de que los estresores son percibidos por las personas como demandas del entorno, si estas demandas sobrepasan los recursos de afrontamiento percibidos como disponibles sobreviene el estrés. El tipo de estrés va a depender del entorno del que surjan estas demandas y la cantidad de estrés va a depender de si la persona cuenta con los recursos para lograr afrontar o no exitosamente la demanda.

Teniendo esto en cuenta podemos tomar como hipótesis que la diferencia en la experiencia del estrés entre mujeres y hombres radica en que las mujeres perciben demandas diferentes y/o mayores que los hombres en los mismos contextos, y de igual manera perciben que para sus procesos de afrontamiento tienen menos recursos o estos son diferentes a los de los hombres. Lo que ocasionaría que reportaran mayores niveles de estrés. Para que esto sea posible, hay que considerar el estrés no como una relación causal simple, es decir: estresor–percepción–afrontamiento, sino causal múltiple.

Esto se debe a que los procesos de apreciación primaria y secundaria, es decir la percepción de la persona sobre el estresor, van a verse filtrados o atravesados por las variables de atributo que componen a la persona y que modifican la forma en la que percibe el mundo y en la que el mundo le percibe. Estas variables de atributo son: El género, la etnia, estatus socioeconómico, orientación sexual, por nombrar algunas (Gadzella et al, 2008; Hamaideh, 2010; Matud, 2004). Las cuales dentro del proceso del estrés van a determinar, en la apreciación primaria, qué estímulos del entorno van a ser considerados como estresores. Y en la apreciación secundaria, el sí se puede y el cómo se puede afrontar el estresor. Procesos que eventualmente condicionarían el afrontamiento.

Bajo estos supuestos, para encontrar el motivo de la diferencia en los niveles de estrés entre mujeres y hombres, se deben de resolver las siguientes preguntas: ¿Cuáles son las demandas que experimentan las mujeres? ¿Son diferentes a

las de los hombres? Y si son diferentes ¿En qué medida? Lo mismo aplica para el afrontamiento, sus recursos y variables moderadoras ¿Cuáles son los recursos de afrontamiento con los que cuentan las mujeres? ¿Son diferentes a los de los hombres? ¿En que radican estas diferencias? ¿Qué variables de atributo difieren entre mujeres y hombres? que resultan en niveles de estrés tan diferentes.

Dejando de lado por un momento que en seis décadas de investigación no se ha llegado a una explicación concluyente sobre esta diferencia, más allá de lo teórico ¿por qué es un problema?

La investigación sobre el estrés ha demostrado que cuando este se convierte en crónico y por lo tanto en un problema, provoca una gran variedad de consecuencias físicas y psicológicas: Depresión, fatiga crónica, gastritis, inmunodeficiencia, etc., Esto es un hecho y un problema de salud pública importante, sin embargo también ha hecho que en servicios de salud y a nivel social, el estrés se haya convertido en un comodín que encubre o descarta problemas de salud no relacionados con él y de mayor gravedad.

En el caso concreto de las mujeres, ha llevado a que sus síntomas se excluyan y etiqueten como estrés, sin realizar la debida valoración o análisis. Y en los hombres a la situación contraria, al considerárseles más resistentes, su estrés es confundido con indicadores de otras enfermedades. Llevándoles a una situación de vulnerabilidad, donde no reciben atención adecuada, lo cual puede provocar un estado constante de salud deteriorada o directamente la muerte. A esto se le tiene que sumar nuestro presente marcado por el cambio de circunstancias debidas a la pandemia y todos los estragos sociales y de salud física y mental que provocados por esta pueden haber hecho que las demandas asociadas a cada uno de los géneros hayan cambiado o se hayan agravado, alimentando un ciclo de estrés constante.

Estas circunstancias pueden explicarse desde la existencia de un sesgo de género tanto en la investigación como en la praxis, en lo que respecta al estrés. Es decir, un error sistemático donde la validez de los resultados de la investigación se encuentre comprometida ya sea no tomando en cuenta la variable género o tomándola en cuenta favoreciendo o discriminando a un

género en particular. Esto se puede observar en normas y criterios de diagnóstico que solo toman en cuenta la experiencia masculina, en la patologización de aspectos normales ligándolos al estrés o en la utilización del estrés como comodín para validar desigualdades de género.

El Género, El Sexo, El Sesgo y El Sesgo de Género.

Anteriormente hablamos del sexo y del género como dos variables separadas, esto se debe a que si bien, suelen confundirse, efectivamente se refieren a dos aspectos diferentes, aunque relacionados. Cuando hablamos de Sexo, nos referimos a el conjunto de características físicas, genéticas y genitales con las que una persona nace (Portal de educación sexual integral, 2023), mientras que cuando hablamos de género nos referimos a la representación simbólica, discursiva sobre las relaciones entre mujeres y hombres y sus roles en la sociedad, y que crea un horizonte normativo que regula las pautas de interacción entre las personas y proporciona un marco de relación social (Donoso-Vázquez & Carvalho, 2016). La relación entre estas dos variables surge ya que el género es un conjunto de procesos, de naturaleza biopsicosocial, que tiene como particularidades: la vinculación sexo/género, la categorización social-normativa (el sistema sexo-género como un criterio categorizador básico en todas las culturas) y la construcción subjetiva (reflexión y significados personales dados al género) (Garzón-Segura, 2015). Es decir, parte de lo que constituye al género surge del sexo, el cual se divide en 5 componentes (Amado & Flórez, 2014; Díaz-Hernández & Merchant-Larios, 2017; Herrán, 2023; Laqueur, 1994):

- 1.- Genético: Este aspecto, también llamado sexo cromosómico hace referencia a los cromosomas sexuales, XX para personas con vulva y XY para personas con Pene.
- 2.- Nuclear: Hace referencia a la presencia del corpúsculo de Barr en el núcleo celular, ausente en personas con vulva, y presente en personas con pene.
- 3.- Hormonal: El equilibrio entre estrógenos y andrógenos. Y que estimula el desarrollo de caracteres sexuales secundarios.
- 4.- Gonadal: Determinado a partir del tejido gonadal, es decir la presencia de testículos u ovarios.

5.- Fenotípico: Los genitales externos, vulva y pene. Esta última es la tradicionalmente usada socialmente para asignar el género al nacer.

Estas características son puramente biológicas y por si solas no constituyen lo que es ser hombre y mujer, estos significados pertenecen al género. Esta construcción no es un concepto estático, sino que va evolucionado en conjunto con la sociedad que lo origina, se reforma y cambia constantemente en base a las normas socioculturales vigentes sobre los roles que cumplen hombres y mujeres (Tasa-Vinyals, et al, 2015).

Con respecto a constructos psicológicos, salvo que estos interactúen específicamente con alguno de los componentes del sexo, la variable a considerar es el género. De acuerdo con estas definiciones podemos afirmar que el género tiene una influencia importante en todos los aspectos de la vida, entre ellos naturalmente, los constructos psicológicos, los cuales si bien pueden ser definidos de forma general presentarán particularidades ligadas al género, ya que esta es una variable que modifica de forma significativa la experiencia de las personas.

En el caso del estrés, tenemos que tomar en cuenta ambas, ya que este interactúa con el componente hormonal del sexo y en el caso del género, este afecta todos los momentos del proceso descrito por el modelo transaccional, en la apreciación primaria determinará si la situación va a ser percibida como estresante, en la apreciación secundaria determinará con que recursos se cuenta para hacerle frente y cuales son posibles de usar y en el afrontamiento va a influir en los procesos y decisiones que se tomen para cumplir esta función (Matud, 2004).

En el caso de las mujeres encontramos que estas experimentan estresores específicos de su género como son la violencia de género y la discriminación sexista, estando asociados con los eventos físicos y psicológicos que experimentan (Hamaideh, 2010; Matud, 2004). Esta circunstancia hace que podemos considerar al ser mujer como un estresor mayor. Esto se debe a que la construcción social del género implica relaciones desiguales de poder que se manifiestan en todos los aspectos de la vida, desde lo público hasta lo privado, esta desigualdad crea un entorno donde se observan diferencias entre mujeres

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

y hombres que solo se explican por el pertenecer a un género en particular (Tasa-Vinyals, et al, 2015), ya que estas no interactúan con los componentes biológicos mencionados.

Ante esto y dada la importancia del género en la estructura social, podemos considerar que una investigación sobre el estrés y su afrontamiento que no tome en cuenta en su diseño al género como una variable relevante, ya sea a medir o a controlar, producirá resultados deficientes o sesgados (Ferrer-Pérez & Bosch-Fiol, 2019). En investigación el término sesgo hace referencia a la presencia de un error sistemático, el sesgo de género ocurre cuando la precisión de los juicios e interpretaciones en la investigación varían en función del género, siendo estos o más validos o solo válidos para solo una parte de la muestra (Cislak, et al, 2018; Garb, 1997; Mills, et al, 2012).

En la investigación el sesgo de género se puede presentar de, al menos, tres maneras: androcentrismo, ceguera de género y asunción incorrecta de igualdad o equidad.

El androcentrismo se refiere a una visión del mundo que toma al hombre como centro y medida de todas las cosas, partiendo de la idea de que la mirada masculina es la única posible y universal, tomándose como prototipo poblacional (Ferrer-Pérez & Bosch, 2019). Considerándose, en las investigaciones, exclusivamente el punto de vista de los hombres, puesto que se asume ya de partida que es el mismo que el que tienen las mujeres (Recio, 2014). Esto se evidencia especialmente en el área de la psicometría donde durante gran parte del siglo XX una práctica común era validar los instrumentos en muestras exclusivamente masculinas, bajo la idea o el pretexto de que los ciclos hormonales y la menstruación afectarían los resultados (García, 2019; Marecek & Gavey, 2013), esto último también es el punto de partida de investigaciones que intentan explicar la diferencia en la experiencia del estrés de mujeres y hombres, mediante un enfoque biologicista (Goldstein, et al, 2010, Ter Horst, et al, 2009), donde podemos encontrar que normas y criterios de diagnóstico, muchas veces están elaborados a partir de muestras masculinas, generalizándolas a las mujeres, cuando su experiencia, signos y síntomas pueden ser diferentes, no ajustándose a la norma masculina y ocasionando un

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

sobre o infra diagnóstico de trastornos físicos y mentales (Marecek & Gavey, 2013).

Otro aspecto donde podemos encontrar al androcentrismo es en la patologización de aspectos biológicos normales del cuerpo femenino, como la menstruación y la menopausia, siendo uno de los casos más relevantes, la controvertida inclusión en el manual de diagnóstico DSM-V del llamado “Síndrome disfórico premenstrual”, afección que patologiza una parte natural de la biología femenina, considerándola como un trastorno mental y cuyo soporte científico es tirando a inexistente (Ussher, 2013) y cuyo tratamiento es la prescripción agresiva de inhibidores selectivos de la recaptación de serotonina como son: Prozac, Zoloft y Paxil. Antidepresivos para un “síndrome” cuyos criterios de diagnóstico incluyen: irritabilidad, hipersensibilidad o crecimiento mamario, acné o antojos (Agostini, 2018, Reid & Soares, 2018).

La ceguera de género se refiere a considerar que el género no es una variable relevante para la investigación, ignorando u obviando que: Entre mujeres y hombres existen desigualdades y discriminaciones que generan brechas de género, que existen relaciones de poder desfavorables para las mujeres como grupo social y que el género condiciona la vida y los roles desempeñados por ambos sexos, siendo el género una variable que interactúa con otras variables que nos conforman como individuos como la etnia, la clase o la orientación sexual (Rosser, 1992; Ferrer-Pérez & Bosch-Fiol, 2019).

En el caso de la asunción incorrecta de igualdad o equidad entre mujeres y hombres. Se refiere a partir de la idea de que mujeres y hombres son iguales o diferentes ante una variable concreta. Como es el caso de investigaciones sobre la familia y la crianza donde se asume igualdad de responsabilidad e influencia en padre y madre, cuando culturalmente y por roles de género quien toma más responsabilidades y se involucra más en la crianza es la mujer o investigaciones de riesgos laborales donde se considera que los hombres corren más riesgos que las mujeres, aunque el espacio de trabajo sea el mismo. (Ruiz-Cantero, et al, 2007).

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

A estos sesgos de género también se les pueden sumar errores de medición y otros sesgos comunes en la investigación como son (García, 2019; Parlee, 2014; Recio, 2014; Walden, 2007):

- Sesgo en el modelo teórico de partida: Utilizar un modelo teórico que no es adecuado para nuestra pregunta de investigación, uno modelo teórico que no sea coherente con la información más reciente en ese campo, o en el caso del género, que el modelo teórico favorezca a un género mientras perjudica a otro.

- Sesgo en la selección de la muestra: Seleccionar una muestra que no sea representativa de las poblaciones de ambos géneros, seleccionar muestras únicamente femeninas o masculinas y tratar de generalizar a ambos géneros a partir de ello o seleccionar muestras no representativas del contexto bajo estudio.

- Sesgo en la elección de los instrumentos: Utilizar Instrumentos no validados adecuadamente para la población a estudio, instrumentos con cualidades psicométricas dudosas, versiones desactualizadas de instrumentos ya establecidos, aplicar instrumentos de forma inadecuada o sin seguir las instrucciones de aplicación, instrumentos validados únicamente en poblaciones masculinas o femeninas y por lo tanto las puntuaciones solo serían válidas para un género.

- Sesgo en el análisis de los resultados: Utilizar técnicas de análisis estadístico para las que no se cumplen los requisitos mínimos, utilizar análisis no pertinentes para resolver la pregunta de investigación, no realizar pruebas de tamaño de efecto, forzar análisis para que apoyen una hipótesis o utilizar solo los resultados que concuerden con nuestra hipótesis, excluyendo los que la contradicen.

- Sesgo en la interpretación de los resultados: Interpretar los resultados apoyando a una hipótesis en particular o a favoreciendo a un género en particular, en detrimento de otro. Interpretar correlación como causalidad, interpretar diferencias o correlaciones bajas como muy significativas, hacer juicios de valor o morales en base a los resultados, interpretaciones no apoyadas en los resultados.

- TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS
- Sesgo en la publicación de los resultados: Mostrar solo los resultados de una parte de la muestra, omitir datos relevantes en la redacción o en las tablas, presentación de datos sin contexto.

Una vez definidos los aspectos referentes al género, al sesgo y al sesgo de género, es momento de pasar a hablar del estrés tanto en su teoría general ¿qué es el estrés? Como en los posibles sesgos generales y de género que podrían estar insertos en su cuerpo teórico y que nos pueden llevar a cuestionar su validez.

Introducción al estrés

El estrés es un mecanismo fisiológico que mediante el sistema endocrino mejora nuestra capacidad de adaptación frente a situaciones percibidas como amenazas. Este mecanismo, en inicio útil, si se mantiene activo por largos periodos de tiempo se convierte en un peligro para la salud física y mental de las personas (Skoluda & Nater, 2013). El concepto de estrés se definió originalmente en 1926 por el Doctor Hans Hugo Bruno Selye quien observó síntomas comunes entre sus pacientes que no tenían relación con la enfermedad diagnosticada, síntomas como: pérdida de apetito, presión arterial elevada, apatía, fatiga crónica, entre otros (Brittanica, 2018).

Desde entonces el concepto se ha estudiado y ha evolucionado hasta la conceptualización actual en la que se toman en cuenta elementos fisiológicos, perceptivos y cognitivos. Teniendo como su definición más básica: La suma de todos los efectos inespecíficos de factores como: actividades cotidianas, agentes productores de enfermedades, drogas, hábitos de vida inadecuados, cambios abruptos en el entorno social, etc., que pueden actuar sobre la persona (Selye, 1960).

Dada la antigüedad de la teoría y de su desarrollo a lo largo de los años, es deseable su revisión de tanto en tanto, ya que los avances metodológicos, científicos y sociales pueden hacer que partes de ella puedan ser consideradas hoy en día incorrectas o cuanto menos problemáticas. Aunque desde las ciencias de la salud, como la psicología o la medicina, se ha estudiado mucho este mecanismo, para comprender su funcionamiento y las variables que intervienen en él, la dicotomía sexo-género no ha recibido tanta atención. Ya que, si bien la

investigación ha reportado que existen diferencias entre los sexos en la experiencia del estrés, el porqué de estas diferencias no se ha explicado con suficiente profundidad, quedando más en el plano de lo descriptivo.

Para poder llegar a una explicación satisfactoria respecto a esta diferencia, tenemos que comenzar por el principio, como se dijo al inicio, la conceptualización actual del estrés toma en cuenta elementos fisiológicos, perceptivos y cognitivos. Por lo que la primera pregunta a realizar es: si el estrés es un mecanismo fisiológico de adaptación, ¿Cómo funciona?

Fisiología del estrés

Primero que nada, hay que aclarar el que estrés como función fisiológica es algo normal y forma parte de nuestro cuerpo, por sí mismo no es patológico o peligroso. Es una respuesta natural que tiene la función de prepararnos para actuar o huir ante una posible amenaza (Camargo, 2004). Lo que le puede volver un problema es su activación continua o indefinida, ya que como mecanismo está pensado para durar cortos periodos de tiempo o ráfagas cortas. Por otro lado, hay que hacer una diferenciación entre los términos: estrés y estresor, como se ha dicho hasta ahora el primero se refiere a la reacción fisiológica de adaptación, mientras que el segundo se refiere a cualquier estímulo que provoque esta reacción (Everly & Lating, 2013). De acuerdo con su naturaleza los estresores pueden dividirse en cinco categorías: 1) Físicos, como son el ruido, calor o frío excesivos; 2) Químicos, la cafeína, alcohol, drogas, alimentos o contaminación ambiental; 3) Fisiológicos, infecciones, enfermedades o dolor; 4) Intelectuales, cualquier actividad que suponga un esfuerzo intelectual a la persona y 5) Psicosociales, estos estresores pueden variar infinitamente ya que dependen exclusivamente de la subjetividad de la persona (Orlandini, 2014).

Podemos comenzar pensando al estrés como una cadena de acontecimientos. En la que el primer acontecimiento es la percepción del estímulo estresante o estresor y el procesamiento de los estímulos sensoriales por el tálamo, con ello comienza la fase de alarma o alerta (Duval, González y Rabia, 2010), como consecuencia se activa el eje neural y se produce una reacción de alerta cortical, en que la amígdala, en el sistema límbico, estimula la liberación de adrenalina y noradrenalina, para suministrar energía al organismo y aumentar el estado de

alerta (Daviu, Bruchas, Moghaddam, Sandi y Beyeler, 2019). La segregación de estas sustancias produce cambios en el cuerpo, como aumento de la frecuencia cardíaca y respiratoria o la dilatación pupilar.

Una vez llegados a este punto, la cadena de acontecimientos puede ir en dos direcciones, en una el estresor desaparece, entonces el cuerpo regresa a su estado normal sin ninguna consecuencia o la cadena continua y el estímulo permanece dando lugar a la fase de: la defensa. Aquí el organismo mantiene la activación fisiológica al máximo tratando de superar o adaptarse a la amenaza, esto lo hace mediante el eje hipotálamo-pituitaria-adrenal (HPA), se activan las neuronas preganglionares simpáticas, las cuales mantienen la segregación de adrenalina y noradrenalina, que en este punto estimulan varios receptores en diferentes estructuras preparando al cuerpo para cambios más extensos y prologados (Camargo, 2004). El primero de ellos ocurre en los núcleos paraventriculares del hipotálamo, los que sintetizan y secretan la hormona liberadora de corticotropina o factor de liberación de corticotropina (CRF), la cual estimula la adenohipófisis que a su vez secreta la hormona adrenocorticotropa que actúa sobre las glándulas suprarrenales para que secreten cortisol. Esta hormona es la responsable de las partes buenas y las partes malas del estrés, por la parte buena mantiene los cambios necesarios en el organismo para la adaptación, mantiene constantes los niveles de glucosa para mantener activos músculos, sistema circulatorio y cerebro, así como mantiene la renovación constante de las reservas de adrenalina y noradrenalina (Camargo, 2004; Duval, et al, 2010).

Y finalmente la última fase: la fase de agotamiento. Esta es la fase a la que idealmente no deberíamos de llegar en el estrés. En ella el estímulo estresante no ha desaparecido o se presenta repetidamente o desaparece solo para ser sustituido por otro, esto hace que el cuerpo no tenga tiempo para recuperarse y revertir los cambios realizados en el organismo. Esto hace que las hormonas sean menos eficaces y comiencen a acumularse en el organismo, llegando al estado llamado hipercortisolemia (Duval, et al 2010).

La hipercortisolemia es un grado anormalmente alto de cortisol en el cuerpo, causando neurotoxicidad, lo cual es el origen de muchos de los problemas asociados al estrés como patología, problemas como: depresión, apatía, falta de

apetito, sistema inmune debilitado, disminución en la neurogénesis, disminución de la neuro plasticidad, etc. Esto se debe a que siendo el cortisol la principal hormona del estrés, actúa sobre todas las células del cuerpo (Camargo, 2004; Duval, et al, 2010; Rangel & García, 2016).

El estrés idealmente debería de durar entre unos instantes y a lo mucho unos días, cuando se supera el estímulo o estímulos estresantes durante las fases de alarma o de defensa, el cuerpo recupera la homeostasis de manera casi inmediata, sin sufrir ningún tipo de consecuencias negativas. Sin embargo, cuando los estímulos estresantes son permanentes, esta reacción fisiológica se puede mantener durante semanas, meses o incluso años, pasando a ser estrés crónico, quedándose estancado en la fase de agotamiento y las hormonas que en principio facilitaban la adaptación por su acumulación pasan a ocasionar problemas en el organismo.

Diferencias fisiológicas entre sexos en el estrés

Una vez que hemos descrito el cómo funciona el estrés a nivel biológico, podemos pasar a hablar del tema principal que es la diferencia en la experiencia del estrés entre los sexos. En investigación sobre el estrés aparecen de manera consistente resultados que indican que las mujeres experimentan más estrés que los hombres (De la iglesia, et al, 2018; Gelabert & Muntaner-Mas, 2017; Vidal, et al, 2018), sin embargo esto en la mayoría de trabajos queda en el plano de lo descriptivo, sólo reportando la existencia de la diferencia pero no se profundiza en las explicaciones de esta diferencia, ya sea por no ser su objetivo principal o cayendo en explicaciones no fundamentadas basadas en estereotipos de género, en lugar de en datos biológicos (Brougham, et al, 2009; De la Rosa-Rojas, et al, 2015; Fernández, et al, 2017; Mónaco, et al, 2017).

A partir de estos reportes, investigaciones independientes comenzaron a formular hipótesis para explicar la diferencia en la experiencia del estrés en hombres y mujeres argumentando que a nivel fisiológico hombres y mujeres funcionan de manera distinta, esto fundamentado en el dimorfismo existente entre ambos sexos. El dimorfismo se refiere a las variaciones en la fisionomía entre machos y hembras de una misma especie (Camargo, 2012). En los seres humanos este dimorfismo se presenta de forma clara después de la pubertad con el desarrollo de los caracteres sexuales secundarios, pero estos rasgos van

más allá de los caracteres sexuales externos y se presentan también a nivel cerebral y hormonal.

El tamaño y el peso del cerebro entre hombres y mujeres es diferente, el cuerpo calloso presenta más fibras en las mujeres, implicando una mayor comunicación y actividad interhemisférica. De igual manera el locus coeruleus también es mayor en mujeres que en hombres, además de que al ser el principal núcleo noradreninérgico contiene más células productoras de noradrenalina (Ter Horst, et al, 2009).

Otras diferencias son los niveles de las hormonas sexuales (estrógeno y testosterona) entre los sexos y el hecho de que las mujeres menstrúan y los hombres no.

El supuesto bajo el cual las hipótesis fisiológicas funcionan es que hay algún elemento en la fisiología específica de la mujer que les hace más vulnerables a los efectos del estrés. Estas hipótesis se pueden dividir en dos líneas de investigación: La hormonal y la de la activación cerebral.

Hipótesis Hormonal

La idea central de esta línea de investigación gira alrededor de las llamadas "Hormonas ováricas" (principalmente estrógeno, progesterona y estradiol) y sus efectos sobre la neurofisiología del estrés. La hipótesis general es que los altos niveles de estas hormonas presentes en el organismo de las mujeres comparado con el de los hombres, podrían hacerlas más vulnerables a los efectos del estrés (Shansky, et al, 2004). Otra idea relacionada es que la variabilidad de los niveles de estas hormonas de acuerdo con las fases del ciclo menstrual crearía momentos de vulnerabilidad al estrés en las mujeres.

El estrógeno y estradiol tienen funciones importantes a nivel reproductivo siendo responsables de la aparición de los caracteres sexuales secundarios femeninos, así como tienen funciones importantes en ambos sexos en los sistemas circulatorio y óseo. En el apartado del estrés, el estradiol es capaz de modular la actividad del eje hipotálamo-pituitaria-adrenales (Ter horst, et al, 2009), que como ya se mencionó es el responsable de los procesos necesarios para la secreción del cortisol.

De acuerdo con varias investigaciones esto haría que, bajo condiciones de estrés, la presencia en niveles altos de estrógeno y estradiol exagerarían la secreción de cortisol, haciendo a largo plazo más vulnerable a la persona a los efectos negativos del estrés y más proclive a sufrir de hipercortisolemia (Goel & Bale, 2009; Patchev, et al, 1995; Trainor, et al, 2013).

Esta secreción aumentada se explicaría a partir de que las mujeres tienen una mayor cantidad de receptores del factor de liberación de corticotropina, así como de un eje HPA más sensible a los efectos de la hormona adenocorticotropica (ACTH), lo cual deriva en una secreción mayor de cortisol (Bangasser & Wiersielis, 2018).

La suma de todos estos factores haría que en teoría las mujeres sean más vulnerables a los efectos del estrés que los hombres. Para probar esta hipótesis se han llevado a cabo varias investigaciones de corte experimental usando ratones como sujetos de prueba, en estas investigaciones efectivamente se encontró una correlación positiva entre los niveles de hormonas ováricas y corticosterona (la hormona del estrés en ratones), donde a mayor nivel de hormonas ováricas mayor sensibilidad y secreción de corticosterona, esto siguiendo una metodología de monitorización de los niveles de ambas hormonas a la vez que se sometía a diversos estresores a muestras de ratones macho, hembras, con grupos control de hembras ovariectomizadas a las cuales se podía controlar artificialmente los niveles de estas hormonas (Sánchez, et al, 2010; Shansky, et al, 2004, Ter Horst, et al, 2009; Trainor, et al, 2013).

Sin embargo, los resultados obtenidos en condiciones de laboratorio y ratones no se han reflejado en investigaciones con humanos ni en algunas investigaciones con roedores. Donde si bien se acepta que existen las diferencias antes mencionadas en la sensibilidad y la cantidad de receptores de las hormonas responsables del estrés, no se ha replicado la correlación entre los niveles de ambos tipos de hormonas, además encontrándose que las hormonas ováricas pueden tener un efecto protector contra los efectos negativos del cortisol, donde a pesar de que efectivamente secretan más cortisol, también secretan menos adrenalina y noradrenalina (Bangasser & Valentino, 2014; Bangasser & Wiersielis, 2018; Golstein, et al, 2010; Goldfarb, et al, 2019; Kajantie & Philips, 2006).

Lo que si se ha encontrado en estos estudios de manera consistente es que en condiciones similares de estrés los niveles de cortisol entre hombres y mujeres fueron comparables entre sí, independientemente de los niveles de estrógeno presentes en las mujeres o la fase menstrual en la que encontrarán.

Esto replica los resultados de estudios multivariados realizados en la década de 1970 sobre las posibles diferencias entre hombres y mujeres en lo que respecta al estrés, en estos estudios no sólo se midieron los niveles de cortisol y estrógeno, sino que también se midieron niveles de adrenalina, noradrenalina, ritmo cardíaco, conductividad de la piel, tensión muscular, ritmo respiratorio y estrés subjetivo.

Estas mediciones se llevaron a cabo tanto en condiciones controladas de laboratorio como en entornos semi-controlados. Los resultados obtenidos arrojaron que si bien existen diferencias fisiológicas atribuibles a causas hormonales estas no son significativas para explicar la diferencia en la experiencia del estrés a nivel subjetivo y la mayor incidencia de trastornos relacionados con el estrés en mujeres (Frankenhaeuser, et al, 1978; Neufeld & Davidson, 1974).

Dentro de esta hipótesis nos encontramos con una idea o hipótesis asociada, que propone que la menstruación, por los cambios hormonales necesarios para que se lleve a cabo, predispone a las mujeres a sufrir de mayor estrés o ser más susceptibles a sufrir de estrés. Esto bajo la idea de que por la acción de las hormonas luteinizante (LH) y foliculoestimulante (FSH), las cuales promueven la ovulación, aumenta la producción de estrógenos y progesterona, lo cual de acuerdo con la hipótesis hormonal aumentaría la sensibilidad al cortisol y por lo tanto les haría más susceptibles a los efectos del estrés durante las fases folicular tardía, momento en donde comienza a aumentar de manera exponencial la producción de estradiol, y la fase lútea momento donde la producción de estradiol y progesterona alcanzan su pico, y en la que posteriormente comienzan a decaer si no se produce el embarazo (Knudtson & McLaughlin, 2019)

Bajo esta idea se han realizado investigaciones como la llevada a cabo por Collins, Eneroth y Landgren (1985), en la que relacionaban el ciclo menstrual con los cambios de humor y la respuesta neuroendocrina del estrés; la muestra

reportó sentimientos como la irritabilidad, enojo, depresión y ansiedad, durante las fases lútea y menstrual, siendo estos sentimientos más bajos o no presentes durante las fases ovulatoria y folicular temprana; lo que coincide con los momentos en los que el estradiol y la progesterona son más altos, lo cual va de acuerdo con los supuestos de la hipótesis hormonal, sin embargo al momento de realizar correlaciones entre los niveles de cortisol, estradiol y progesterona con los cambios de humor experimentados, se encontró que si bien los niveles de estradiol se relacionaban positivamente con los cambios de humor, estas correlaciones eran muy bajas, y cercanas a cero o negativas en el caso del resto.

De acuerdo con estos resultados es posible que los sentimientos de irritabilidad, enojo, depresión y ansiedad, experimentados durante el ciclo menstrual, así como síntomas como disminución en la calidad del sueño y dificultades para concentrarse. No se encuentren asociadas directamente a un aumento en la sensibilidad al estrés o a los niveles de hormonas ováricas sino a las molestias físicas debidas a los cambios realizados por estas sobre el endometrio, cuello uterino y vagina, y que en caso de no haber un embarazo derivan en la menstruación.

Esto iría en línea con los hallazgos realizados por Cook, Fourie y Crewther (2021) que encontraron que los niveles de cortisol se mantienen estables durante el ciclo menstrual y solo aumentan en función a los estresores experimentados por la persona y no en respuesta a los cambios hormonales relacionados con este. Lo cual corrobora resultados de investigaciones anteriores como la de Gordon y Girdler (2014) en la que no encontraron relaciones significativas entre el ciclo menstrual y las hormonas cortisol y adrenocorticotropa, sino que en condiciones normales estas medidas neuroendocrinas del estrés son notablemente estables durante el ciclo menstrual.

Por lo anterior posible afirmar que el ciclo menstrual no tiene influencia sobre la susceptibilidad al estrés, sin embargo, sí es posible afirmar la relación contraria, el estrés si tiene efecto sobre el ciclo menstrual. Ya que se ha encontrado que, en las mujeres, altos niveles de estrés afectan negativamente al ciclo menstrual, ya sea causando alteraciones en forma de adelantos o atrasos, o la desaparición de la menstruación. Esta última condición es conocida como amenorrea

secundaria por anovulación funcional hipotalámica (Pinkerton, 2020), que se produce cuando el hipotálamo no genera los pulsos necesarios de la hormona liberadora de gonadotropina, que es la responsable de la síntesis y liberación de las hormonas foliculoestimulante y luteinizante, que como se mencionó anteriormente, son las responsables de la ovulación y del ciclo menstrual. Las causas detrás de esto son el ejercicio excesivo, trastornos de conducta alimentaria o estrés crónico/hipercortisolemia (Schliep, et al, 2015). Además de poder alterar o interrumpir el ciclo menstrual el estrés excesivo también puede debilitar o suprimir el sistema inmune, permitiendo a enfermedades oportunistas como el virus del herpes afectar a la persona (Ashcraft, et al, 2008), así como empeorar las molestias asociadas a la menstruación como son los cólicos, fatiga y dolores mamarios.

Por lo tanto, respecto a esta línea de investigación y con la información existente hasta el momento, no es posible concluir que la diferencia entre hombres y mujeres respecto al estrés tenga una causa hormonal o relacionada con el ciclo menstrual.

En lo que respecta al ciclo menstrual dado que no todas las mujeres menstrúan, que no todas lo experimentan de la misma manera, que lo hacen en momentos distintos y de acuerdo con la información presentada, esta investigación considerará a la menstruación como un estresor y no como un factor de vulnerabilidad ante el estrés.

Hipótesis de la activación cerebral

Esta línea de investigación propone que las diferencias entre hombres y mujeres en la experiencia del estrés tienen origen no en la parte hormonal del mecanismo, sino en las regiones cerebrales que se activan como consecuencia de él. Para ello se valen de técnicas de neuroimagen que permiten conocer con precisión que partes del sistema nervioso se activan en respuesta a los estresores.

En este sentido se ha encontrado que mientras que en los hombres se activa la corteza prefrontal mientras que en las mujeres se activa el sistema límbico (Duval, et al, 2010; Goldstein, et al, 2010; Goldfarb, 2019; Shansky, 2004). Lo

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

cual explicaría el porqué de los resultados de investigaciones sobre los estilos de afrontamiento del estrés donde los hombres tienden más a estilos de afrontamiento centrados en la solución del problema (lucha o huida), mientras que las mujeres tienden más a estilos de afrontamiento centrados en la emoción (Cabanach, et al, 2013).

Sin embargo, a pesar de la consistencia de estos resultados no se ha aportado evidencia de que esto sea un rasgo evolutivo o una característica cerebral por defecto en el cerebro de las mujeres y que forme parte de los dimorfismos cerebrales entre ambos sexos. Por lo que hasta el momento esta diferencia se considera como un caso de convergencia, es decir realizar una misma tarea mediante caminos distintos obteniendo resultados similares, ya que es posible que no sea tanto una diferencia fisiológica o de tipo orgánico, sino que sea consecuencia del aprendizaje social, así como de variables cognitivas y de personalidad.

Por lo tanto, no es posible considerar esta hipótesis como la explicación a las diferencias en la experiencia del estrés entre hombres y mujeres.

Para explicar estas diferencias, tratar de considerar solo la fisiología puede exagerar las diferencias físicas entre hombres y mujeres, entendiéndolos como productoras de problemas en perjuicio de la mujer. Las diferencias reproductivas, musculares, endocrinas y de talla muchas veces se ven como minusvalías o debilidades en lugar de como simples diferencias (Prior, 1997). Lo cual puede llevar a una interpretación sesgada de los datos.

Sesgos en la investigación biológica sobre el estrés

El problema no está en la existencia o la ausencia de las diferencias, sino en las interpretaciones que se hacen sobre ellas. En lugar de ser solo una descripción de la diferencia, estas se interpretan desde el androcentrismo, es decir el hombre como la medida de todas las cosas, este es el origen de que las diferencias físicas entre sexos se interpreten en la mujer como debilidades, minusvalías o irrelevancias, ya que, al estar constituida la norma por las características masculinas, cualquier desviación de ellas se considerará un problema o una irrelevancia.

Un ejemplo claro, centrado únicamente en la biología, lo encontramos en los estudios sobre riesgo de enfermedad cardíaca, ya que este tipo de padecimiento se encuentra infradiagnosticado e infra tratado en las mujeres. Abufal, Gidron y Henkin (2005) encontraron que, en este tipo de padecimiento, la identificación y prescripción de tratamiento en hombres es adecuada, sin embargo, en las mujeres está lejos de lo adecuado, aun cuando en su estudio los casos utilizados contaban con datos clínicos idénticos siendo la única diferencia el género, es decir los mismos datos objetivos eran interpretados de manera diferente en función del género de la persona. En esta misma línea Chang y colaboradores (2007) encontraron que las mujeres son sometidas a procedimientos de diagnóstico con menor frecuencia que los hombres, a pesar de tener historial clínico y factores de riesgo similares, en su estudio no encontraron ninguna explicación de tipo clínico para esta diferencia por lo que se atribuyó a un sesgo de género. Sesgo de género que parece estar imbuido en los libros de texto, al menos de acuerdo con Dijkstra, Verdonk y Lagro-Janssen (2008) quienes analizaron el contenido de los libros de texto sobre cardiología, medicina interna, psiquiatría y farmacología, en los que encontraron el ya mencionado androcentrismo, ya que el contenido omitía información referente a la mujer o esta era escasa y restringida a aspectos reproductivos. Además de faltar información de tipo psicosocial relevante para el diagnóstico.

Aun cuando estas investigaciones son ya algo antiguas, en conjunto con las mencionadas en el apartado anterior reflejan el panorama de la investigación biológica y el sesgo de género presente en ellas. Esto responde a un modelo biomédico heteropatriarcal que consciente o inconscientemente repite la idea de la mujer como "lo otro", a partir de una serie de ideas androcentristas donde la mujer es lo diferente o lo anormal, mientras que el hombre representa lo "normal" y universal (Butler, 1990).

Y aunque hoy estas ideas han ido perdiendo fuerza, no implica que ni ellas ni su influencia hayan desaparecido totalmente. Las explicaciones que toman a la menstruación, hormonas o diferencias en la activación cerebral y las interpretan como vulnerabilidades, para explicar un fenómeno que está ligado no solo a lo biológico sino también a lo perceptivo, cognitivo y sociocultural, como es el estrés, mantienen la idea del cuerpo femenino como una esencia definidora y

limitadora. De acuerdo con Judith Butler (1990) estas ideas tan arraigadas intentan mantener la univocidad del sexo, la coherencia interna del género y el marco binario para sexo y género como ficciones reguladoras que refuerzan y naturalizan regímenes de poder.

Es criticable y preocupante que a pesar del avance científico y social que contradice estas ideas, se siga realizando esta clase de investigaciones, además de una notable falta de interdisciplina que raya en el biologicismo, donde solo la biología tiene cabida, aun cuando al menos en el caso del estrés en particular, solo forma parte, pero no es su totalidad.

Percepción y cognición en el estrés

A partir de aquí nos distanciamos de la biología y nos centraremos del todo en la cognición y la percepción en el estrés. Ya que si bien a nivel biológico y animal, el estrés funciona tal como la teoría sistémica del estrés propuesta por Selye (1960) lo describe, al momento de tratar con seres humanos el mecanismo del estrés se vuelve mucho más complejo y dicha teoría pasa a ser insuficiente, estando uno de sus principales problemas directamente en la definición que da sobre el estrés: “La suma de todos los efectos inespecíficos de factores como: actividades cotidianas, agentes productores de enfermedades, drogas, hábitos de vida inadecuados, cambios abruptos en el entorno social, etc., que pueden actuar sobre la persona (Selye, 1960).”

La “inespecificidad” de lo que causa el estrés es una de las principales críticas que se le hizo a esta teoría en su momento, el no poder definir con claridad cuál es la fuente o el detonante del estrés (Mason, 1972). Además de que esta teoría no toma en cuenta mecanismos de afrontamiento o factores protectores o mediadores en la respuesta del estrés. Finalmente, en los seres humanos el estrés es casi siempre el resultado de la mediación cognitiva (Krohne, 2002). Estos elementos nos llevan a la teoría transaccional del estrés, en donde la percepción y cognición de las personas juegan un papel clave en la respuesta del estrés.

Esta teoría fue presentada originalmente por Lazarus en 1966, y desde entonces producto de diversas colaboraciones y desarrollos ha sido objeto de varias

revisiones, siendo la realizada por Lazarus y Folkman en 1984, la que la establecería como la teoría de referencia sobre el estrés. En esta teoría el estrés pasa a ser un concepto relacional, ya que este no es definido por un tipo específico de estímulo externo o algún patrón específico de reacciones psicológicas, comportamentales o subjetivas. Sino que el estrés es visto como una relación o transacción entre las personas y su ambiente (Krohne, 2002).

Por lo tanto, el estrés se define como una relación con el entorno que la persona evalúa como significativa para su bienestar y en la que las demandas agotan o superan los recursos de afrontamiento disponibles (Lazarus & Folkman, 1986). Esta definición introduce los dos elementos clave en el proceso del estrés: La apreciación cognitiva y el afrontamiento.

La apreciación cognitiva se refiere al proceso a través del cual la persona evalúa un encuentro en particular con su ambiente y si este es relevante o no para su bienestar, y si lo es, de qué manera. Por lo que la situación en sí misma no es la causante del estrés sino la percepción que tiene la persona sobre ella. El proceso de apreciación se divide en tres fases:

- Apreciación primaria: Donde la persona evalúa el efecto del encuentro y si representa un riesgo o beneficio.
- Apreciación secundaria: Donde la persona evalúa si puede hacer algo para prevenir/evitar el riesgo o maximizar el beneficio probable.
- Afrontamiento: Se refiere a las acciones y estrategias de la persona orientadas a gestionar las demandas externas e internas una vez que han sido evaluadas como una probable amenaza. El estrés sobreviene cuando lo percibido como amenazante sobrepasa los recursos de afrontamientos percibidos.

Esta teoría explica por qué no todas las personas se estresan por las mismas cosas, aunque dos personas estén en el mismo contexto, no lo perciben exactamente de la misma manera, muchos factores condicionan o afectan a la percepción. El estrés es un término que casi cualquier persona conoce y usa, pero entender qué es el estrés, es algo complejo, siendo un término que muchas veces es utilizado a la ligera en cualquier situación que evoque pensamientos o

emociones negativas, sin embargo, la misma situación no es estresante para todas las personas y las personas no experimentan los mismos sentimientos y emociones cuando están estresadas (Whitman, 1984). Lo que a una persona le es indiferente o inofensivo, para otra puede representar una amenaza. Incluso aunque se llegue al punto en que el estímulo pase a convertirse en un estresor, por haberse percibido como una amenaza, esto no garantiza que se desencadene la respuesta de estrés.

Primero hay que decir que por defecto la percepción va a ser diferente en cada persona, nadie va a ver (percibir) el mundo de la misma manera, esto se debe a que la percepción está afectada por la cognición. La información es la misma, pero se interpreta de manera diferente. Las ideas, creencias, pensamientos y emociones que experimentamos modifican la forma en la que percibimos el mundo. A esto se le suman una gran variedad de variables externas que de igual modo tienen un efecto.

Por lo tanto, hay una gran variedad de filtros que van a modificar la percepción de un estímulo y por lo tanto los procesos que dependan de ello, como, por ejemplo: El estrés. Bajo la teoría o modelo transaccional del estrés todo el proceso fisiológico de este mecanismo está mediado por la percepción/apreciación cognitiva, es por ello que las personas se estresan diferente por cosas diferentes, aunque estén en exactamente el mismo contexto y sometidos a los mismos estímulos. Entonces la reacción fisiológica del estrés está mediada por: creencias, ideas, sentimientos, recursos, género y raza (Contrada & Baum, 2011). Cualquier cosa que sea susceptible de modificar la relación persona-ambiente puede formar parte de los filtros de percepción que afectan al estrés.

Sin embargo, esta no es la explicación a las diferencias observadas por sexo-género, ya que no se trata de una comparación entre dos individuos distintos, sino de un dato consistente a lo largo de mucho tiempo, entre varios cientos de individuos en diversas circunstancias y contextos, por lo que el motivo no recae en la subjetividad individual, sino en variables que afectan de modo similar a un gran número de personas, es decir, variables que puedan considerarse como estresores mayores.

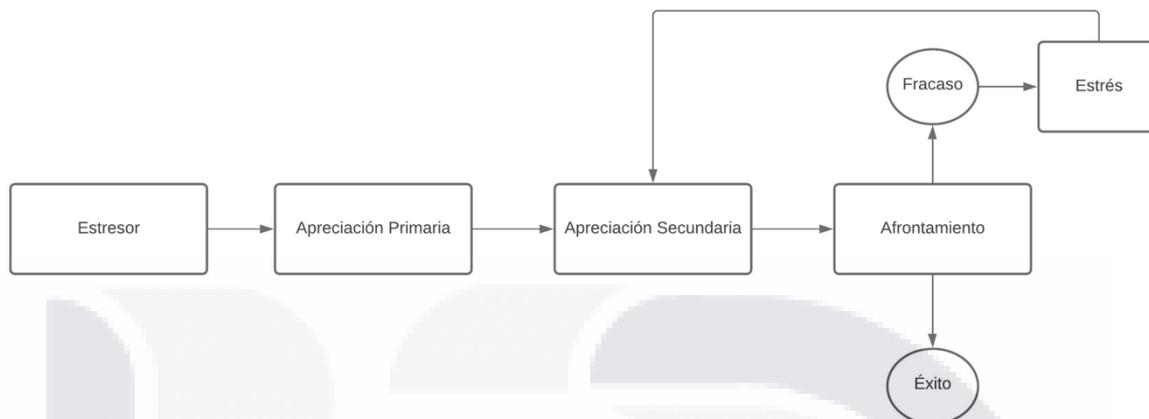
De nuevo, el cómo las personas experimentan el estrés dependerá de su percepción, cognición y de los recursos a su disposición, habiendo tantas variaciones posibles como personas hay en el mundo. Sin embargo, dentro de esta variación podemos encontrar elementos que afectarán por igual a un gran número de personas, ya que, si bien podemos hacer una clasificación inicial de cinco categorías de estresores, a esta clasificación la podemos encuadrar dentro de una clasificación aún mayor: Estresores menores y mayores (Cruz y Vargas, 2001).

En esta clasificación los estresores menores corresponden a las cinco categorías propuestas por Orlandini (2014). Estresores físicos, químicos, fisiológicos, intelectuales y psicosociales. Estos estresores dependen de la percepción de la persona para ser considerados como tales y ser procesados por de la forma descrita por el modelo de Lazarus y Folkman. Mientras que los estresores mayores son circunstancias o elementos que no dependen de la interpretación que haga la persona de ellos para ser considerados como tales (Cruz y Vargas, 2001). Dentro de estas condiciones como la pobreza, la raza (o más bien el racismo), la orientación sexual (o más bien la homofobia), el género y desastres naturales, pueden ser considerados como estresores mayores (Arredondo, 2019; Ferguson, et al, 2015; Henderson, et al, 2021; Polaco Roman, et al, 2016; Sunindijo & Kamardeen, 2017).

Estas circunstancias se agregan como filtros de percepción en la apreciación cognitiva del estrés, haciendo que las personas bajo estas condiciones sean más vulnerables a estresores menores emergentes en el contexto y que perciban estresores diferentes a quienes no están sujetos a ellas. Los estresores mayores siempre van a desencadenar la respuesta de estrés.

En la figura uno, podemos observar al modelo transaccional del estrés en su expresión más simple. Esto sólo aplicaría en “el vacío” es decir si la persona estuviera aislada del entorno social y de estresores mayores, sólo operando en el espacio de los estresores menores y con la información que el estímulo presenta.

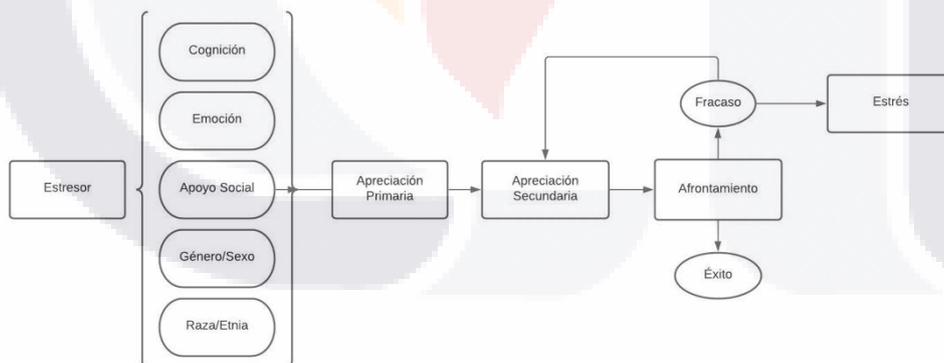
Figura 1: Modelo Transaccional del estrés simple



Fuente: Elaboración propia en base a teoría

Pero esto no es un reflejo de la realidad y funciona solo en el plano didáctico para entenderlo fácilmente. En la figura dos podemos observar una forma más compleja del mismo modelo que considera los elementos mencionados.

Figura 2: Modelo transaccional complejo



Fuente: Elaboración propia en base a teoría

Todos estos elementos condicionan lo que para la persona es o no considerado como una amenaza, funcionando del mismo modo a nivel grupal. Por ejemplo, en el caso del sexo, en contextos laborales las mujeres afrontan estresores como discriminación y acoso sexual, además de compartir con los hombres estresores como altas cargas de trabajo y horarios extenuantes o bullying (Sunindijo &

Kamardeen, 2017). En el contexto de la raza/etnia, de acuerdo con las estadísticas del Gifford Laws Center (2021) las personas desarmadas afroamericanas tienen 5 veces más probabilidades de morir a manos de un agente de policía que las personas blancas, la estadística se repite con las personas de origen hispano y nativas americanas.

Esto se traduce en que lo que una persona que no entra dentro de estos colectivos percibe como perfectamente seguro, otras personas lo percibirán como una amenaza potencial, reflejándose en sus niveles de estrés, así como en recursos de afrontamiento percibidos y las estrategias de afrontamiento utilizadas.

Pero más allá del efecto que tienen ¿cómo funcionan estos factores o filtros de percepción? Una posible explicación la podemos encontrar en un concepto asociado al estrés y al afrontamiento: El apoyo social.

El apoyo social es un concepto que ha tenido un largo desarrollo, el primer antecedente data de los trabajos de Emile Durkheim sobre el suicidio y el cómo observó que las personas aisladas y sin redes de apoyo tenían un riesgo mayor de suicidarse (1896), posteriormente en las décadas de 1950 y 1960 estudios epidemiológicos encontraron que las personas con redes de apoyo fuertes se enfermaban menos y se recuperaban más rápido que las que no. Pero no sería hasta las décadas de 1970 y 1980 cuando se desarrolló el concepto y se ligó con el estrés. El apoyo social es información que lleva a la persona a creer que es aceptada y querida, y a percibir que tiene recursos disponibles para hacer frente a los problemas (Cobb, 1976).

El apoyo social se divide en dos efectos, el main effect y el buffering effect. El primero de ellos es la primera parte de la definición anterior, información que provee el entorno que lleva a la persona a creerse/sentirse querida, apreciada, con recursos y posibilidades. Es una forma de presión social inconsciente que modela los comportamientos de la persona “Te queremos y te apoyamos en tanto cumplas estas reglas”. Esto tiene efectos comportamentales y en la salud. En el comportamiento favorecerá la aparición de ciertos comportamientos y censurará otros. Por poner un ejemplo: Una persona se atreverá a hacer más cosas si cree tener el apoyo de su entorno. El buffering effect es lo que tiene una

relación directa con el estrés y el afrontamiento, ya que se trata primero de los recursos percibidos por la persona como útiles para afrontar una situación de estrés y por otra la provisión real de esos recursos (Cohen, 1988). Por ejemplo, si una persona percibe que tiene dinero para resolver un problema no se estresará por ello o su estrés será significativamente menor. Tiene un “colchón” de recursos de varios tipos que limitan o eliminan la aparición del estrés.

El apoyo social puede jugar un papel en dos puntos diferentes en la cadena de acontecimientos del estrés. Primero, puede intervenir entre el evento estresante (o la expectativa de dicho evento) y la reacción de estrés, atenuándola o previniéndola. Esto es, que la percepción que otros pueden o podrían proveer de los recursos necesarios puede redefinir la amenaza potencial que representa la situación y/o reforzar la habilidad percibida para afrontar las demandas impuestas, y prevenir que esa situación en particular comience a ser percibida como altamente estresante. Segundo, un apoyo adecuado puede intervenir entre la experiencia del estrés y el inicio de un resultado patológico al reducir o eliminar la reacción de estrés; o al influenciar de manera directa los procesos psicológicos. El apoyo social puede aliviar el impacto de la percepción de estrés al proveer la solución al problema, al reducir la importancia percibida del problema, al tranquilizar al sistema neuroendocrino por lo que la persona será menos reactiva al estrés percibido o al facilitar la aparición de comportamientos saludables (House, et al, 1988).

En general el apoyo social (Social Support) está muy asociado con el estrés, especialmente el buffering effect. La parte relevante en la explicación de la diferencia entre hombres y mujeres en la experiencia del estrés como colectivos, radica en el main effect, como forma de presión social inconsciente, en esencia es información que te indica que puedes hacer, que no y que recursos cuentas para ello (Thoits, 1986). Ahora esta información no es la misma para todo el mundo ¿Qué pasa en una sociedad heteropatriarcal, donde los hombres son el centro? Que toda la información que reciben es que su entorno está lleno de posibilidades y recursos, que pueden hacer lo que sea y que tienen el apoyo de su comunidad/familia (siempre y cuando cumplan las reglas o estándares de la masculinidad). Mientras que en este mismo contexto la información que reciben las mujeres es limitante, hay muchos NO. Esto las lleva a percibir un mundo más

amenazante que el que perciben los hombres, aunque sea el mismo contexto. Lo mismo aplica con otras variables sociodemográficas. Si no estás dentro del molde de esa sociedad específica y no eres el sujeto tipo privilegiado, la información que vas a recibir no va por a ir por el camino de ser apreciado y vas a tener un mundo mucho más amenazante a tu alrededor (Vaux, 1990; Cohen, et al, 2000).

Esto se ve respaldado tanto por investigaciones sobre el estrés como en el apoyo social, donde las mujeres suelen tener una mayor reactividad subjetiva a la amenaza que los hombres, es decir perciben como amenazantes o como más amenazantes los mismos estímulos o situaciones que los hombres consideran como irrelevantes o poco amenazantes (Frisch, et al, 2015; Gao, Ping & Liu, 2019; Harkin, et al, 2007; Hobfoll & Lieberman, 1987; Neufeld & Davidson, 1974). Estas diferencias no están ligadas a elementos biológicos o meramente cognitivos, sino que provienen del entorno psicosocial en el que se encuentra la persona, ligados a construcciones y significados elaborados por ese contexto social concreto y atribuidos a las personas.

Todo lo anterior determinará lo que las personas percibirán como amenazante o potencialmente estresante, sino también los recursos de afrontamiento percibidos y disponibles, lo que determinará las estrategias de afrontamiento utilizadas. Pero primero ¿Qué es exactamente el afrontamiento?

El afrontamiento se define como todos los esfuerzos cognitivos y conductuales para dominar, reducir o tolerar las demandas del entorno (Folkman & Lazarus, 1980). El afrontamiento busca de alguna manera suavizar el impacto de las demandas. Y de acuerdo con Lazarus y Folkman (1987) tiene dos funciones principales: Cambiar o eliminar las condiciones problemáticas en la relación persona-ambiente y regular el estrés emocional. Estas dos funciones se llevan a cabo mediante respuestas conductuales, cognitivas y emocionales que la persona emplea para recuperar el equilibrio (Díaz Martín, 2010). Esto hace posible una variedad de situaciones en la cadena de acontecimientos del estrés:

1. Que la respuesta fisiológica no ocurra, ya, aunque la persona evalúe al estímulo como un estresor, cognitivamente puede considerar que cuenta con los recursos necesarios para hacerle frente.

2. Que la persona inicialmente evalúe el estímulo como un estresor y/o que no cuenta con los recursos para hacerle frente, por lo que la reacción fisiológica se desata y comienza el estrés, pero posteriormente la persona puede reevaluar la situación o adquirir los recursos necesarios para el afrontamiento y cortar la respuesta ya sea en la fase de alarma o en la fase de defensa, volviendo a un estado normal y habiendo cumplido el estrés con su función adaptativa.

3. Que la persona evalúe el estímulo como un estresor y que no cuenta con los recursos para hacerle frente, la reacción fisiológica se desata sobreviniendo el estrés, pero a diferencia de la situación anterior la persona puede fallar en el proceso de reevaluación y afrontamiento de manera indefinida, pasando por las fases de alarma y defensa hasta llegar a la de agotamiento, dando lugar al estrés crónico y a la hipercortisolemia. Ya sea por la permanencia del estresor o por la acumulación de varios estresores y fallos en el afrontamiento.

El afrontamiento es un proceso dinámico que depende de la forma en que el contexto es percibido por la persona modificándose en tanto la relación persona-ambiente cambia. Y en general es un proceso complejo, que depende tanto de elementos perceptuales individuales como de elementos psicosociales. Además, el estrés y el afrontamiento son conceptos neutrales, en sí mismos no son positivos ni negativos, sin embargo, las personas comúnmente ven al estrés como algo negativo (negando su función adaptativa) y al afrontamiento como algo positivo, y esta relación no es tan simple. Para empezar el estrés puede ser positivo o negativo, todo dependerá de en qué punto se encuentre, dentro de sus primeras dos etapas es una función adaptativa benigna y útil, pero al momento de llegar a la fase de agotamiento y a la hipercortisolemia, pasa a ser un problema importante. En el caso del afrontamiento este puede ser efectivo o inefectivo al enfrentar a la situación percibida como estresante (Baqtayan, 2015). Afrontamiento no es sinónimo de éxito.

Lazarus y Folkman no son los únicos que han trabajado sobre esto, existen otras definiciones complementarias del afrontamiento, una de ellas es la propuesta en 1986 por Matheny y colaboradores que dice: "El afrontamiento es cualquier esfuerzo saludable o malsano, consciente o inconsciente, para prevenir, eliminar o debilitar estresores; o tolerar sus efectos de la manera lo menos dolorosa

posible". La complicación surge de que el afrontamiento no es siempre saludable o constructivo. Las personas, por una gran variedad de razones y circunstancias, utiliza estrategias de afrontamiento que en realidad les conduce a más dificultades, esto puede tener una meta positiva pero el resultado puede ser cualquier cosa menos positivo (Baqtayan, 2015).

Es importante resaltar esta última parte ya que en parte del cuerpo teórico sobre el estrés y su afrontamiento se asume que: Afrontamiento igual a NO estrés. Pero esta relación no es tan simple, si fuera así la gente no se estresaría. Dentro del modelo transaccional del estrés Lazarus y Folkman, después de investigar a profundidad y hacer varios experimentos, concluyeron que existen dos tipos de estrategias de afrontamiento: Afrontamiento centrado en el problema y afrontamiento centrado en la emoción. En el afrontamiento centrado en el problema, se hacen esfuerzos para cambiar las situaciones estresantes mediante la solución de problemas, toma de decisiones y/o la acción directa. En el afrontamiento centrado en la emoción, se intentan regular las emociones desagradables, a veces mediante el cambio cognitivo del significado de la situación estresante sin actualmente cambiar la situación (Folkman & Lazarus, 1985). Para resumir: intentas cambiar la situación o lidias con las emociones que te causa la situación. Cualquiera de los dos se considerará un éxito si reduce o desactiva la reacción de estrés.

Por lo tanto, esto va en línea con las dos funciones principales del afrontamiento: Lidiar con el problema que está causando el estrés (afrontamiento centrado en el problema) y la regulación emocional (afrontamiento centrado en la emoción). Dentro de la investigación que llevó a estas dos categorías también se probó la hipótesis de tendencias en el afrontamiento, como por ejemplo que los hombres tienden al afrontamiento centrado en el problema y las mujeres al afrontamiento emocional, sin embargo en sus experimentos y estudios no encontraron evidencia de este tipo de tendencia, ya que si volvemos a su propia definición, el afrontamiento es un proceso dinámico que cambia constantemente en función de la relación entre persona-ambiente (Lazarus & Folkman, 1986). Afirmación que sería corroborada en otras investigaciones, donde se confirma que el afrontamiento es un proceso que cambia con el tiempo. Una persona puede usar un día una estrategia centrada en la emoción y luego cambiar a una estrategia

centrada en solución del problema, para la misma situación. O comenzar con una estrategia centrada en la solución del problema y al fallar o constatar que es algo que excede sus recursos de afrontamiento, cambiar a una estrategia centrada en la emoción.

La única tendencia que se encontró al respecto es no sobre el afrontamiento en sí, sino sobre la apreciación cognitiva de las situaciones que llevaba al afrontamiento. Cuando las personas percibían la situación como susceptible de cambio o controlable (cuestiones de trabajo, familiares, económicas, etc.) tendían a utilizar estrategias de afrontamiento centradas en la solución del problema, pero en cambio cuando percibían la situación como imposible, incontrolable o más allá de sus capacidades (cuestiones de salud, estresores mayores) tendían a utilizar estrategias de afrontamiento centradas en la emoción (Lazarus & Folkman, 1986). En ambos casos se cumplía con la función fundamental del afrontamiento que es reducir o eliminar, por el medio que fuera, el estrés. Y de nuevo lo que se considera como controlable o incontrolable variará enormemente de persona a persona, ya que depende de la percepción que se tenga sobre los problemas y del entorno en el que ocurren.

Esto nos lleva de vuelta al concepto del apoyo social y específicamente al main effect, esta forma de presión social no sólo va a determinar lo que las personas van a percibir como amenazante o potencialmente estresante, sino que también va a afectar los recursos que perciben como disponibles, los recursos que en realidad están disponibles y la viabilidad de utilizarlos. Indicará que puedes hacer, que no y que recursos cuentas para ello. Por lo que existirán situaciones en las que objetivamente el problema pueda ser resuelto, solo que no por ti, ya sea porque: 1.- No percibes la situación como controlable; 2.- No percibes recursos de afrontamiento disponibles o 3.- Percibes recursos de afrontamiento, pero no están disponibles para ti, por lo que no puedes hacer nada al respecto más que optar por una estrategia centrada en la emoción.

O viceversa la situación objetivamente no es solucionable o controlable por ti, pero tu percepción te indica que si puedes hacerlo ya sea porque: 1.- Percibes la situación como controlable, aunque no sea así; 2.- Percibes recursos de afrontamiento disponibles, aunque en realidad o no los hay o los hay, pero no

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

puedes utilizarlos tu. Situación que lo único que producirá será frustración y estrés. Cuando la tarea es imposible, puede ser mejor bromear al respecto, o discutir el cómo se siente con un amigo. Y Viceversa, si una tarea puede ser completada por la persona, pero en lugar de ello bromea y sale de fiesta con sus amigos, estaría utilizando el afrontamiento centrado en la emoción cuando debería de estar involucrada en actividades para tener la tarea completa (Baqutayan, 2015).

Aplicando esto a las diferencias entre mujeres y hombres habrá circunstancias en los que ser mujer hará que se perciban muchas situaciones como incontrolables, aunque objetivamente tengan solución, por lo que la única alternativa de afrontamiento será la expresión emocional. En el caso de los hombres el mismo main effect que hace que la mujer perciba un problema como imposible o que sobrepasa sus capacidades de afrontamiento, será actualmente solucionable por él, ya que él si tiene acceso a los recursos de afrontamiento necesarios sólo por ser hombre. Aunque también puede darse la circunstancia en que la situación es objetivamente imposible de solucionar, pero este mismo main effect le lleve a tratar de solucionarlo una y otra vez, solo incrementando su frustración y estrés (Cohen, et al, 2000).

De acuerdo con Arrindell y colaboradores (2012) el género constituye un esquema cognitivo que predispone a las personas a ver el mundo a través de lentes cognitivos que filtran al mundo de acuerdo con las imposiciones sociales de su género. Estas contingencias socioculturales van a recompensar actitudes y comportamientos asociados con lo normativamente femenino y masculino, y castigando lo que se salga de esas normas. Esto va a resultar en el desarrollo de esquemas cognitivos que en conjunto con el main effect van a permitir solo una gama limitada de estrategias de afrontamiento aprobadas y vinculadas al género (Copenhagen y Eisler, 1996). Esta limitación puede ocasionar patrones comportamentales ineficaces o con consecuencias dañinas a largo plazo. Los mismos efectos aplicados al género se observan en otras variables de atributo como la etnia, el nivel socioeconómico y la orientación sexual. La interacción entre estas variables va a influir la percepción sobre los estresores, así como la disponibilidad de y uso de los recursos de afrontamiento.

Hipótesis sobre las diferencias entre mujeres y hombres en el estrés y afrontamiento basadas en la teoría transaccional.

Al igual que cuando hablamos de la biología del estrés, nos encontramos con hipótesis que buscan dar respuesta a las diferencias en el estrés entre hombres y mujeres. ¿Por qué las mujeres se estresan más que los hombres? De parte de la biología nos encontramos con hipótesis basadas en dimorfismos sexuales ya sea la talla, las diferencias hormonales o la menstruación. El modelo transaccional funciona bajo el supuesto que en lo biológico los sistemas que rigen el funcionamiento de la respuesta de estrés funcionan igual en todos los humanos, la misma conclusión a la que llegamos antes, al no encontrar evidencia concluyente de que la diferencia entre hombres y mujeres tuviera un origen biológico. Ahora bien, desde el modelo transaccional ¿Qué explicaciones hay?

La hipótesis de los estilos de afrontamiento

Los estilos de afrontamiento son una línea de investigación bajo el modelo transaccional del estrés que propone predisposiciones personales para enfrentar las situaciones y que dictarían una preferencia hacia de afrontamiento, estas preferencias serían estables independientemente de la situación a la que se enfrenta la persona y su uso continuado llevaría a una tendencia específico (Castaño y León Del Barco, 2010). Bajo este marco de pensamiento, el afrontamiento pasa a ser una característica o disposición desplegada mediante estilos de afrontamiento fijos, a los que las personas suelen recurrir para afrontar el estrés.

A partir de esto varios autores crearían una clasificación de estilos de afrontamiento, siendo la más popular en habla hispana la propuesta por Sandín y Chorot (2003) compuesta por 7 categorías: 1.- Solución del problema, 2.- Focalización Negativa, 3.- Revaloración positiva, 4.- Expresión emocional, 5.- Huida o evitación, 6.- Búsqueda de apoyo social y 7.- Religión y en habla inglesa la propuesta por el inventario COPE de Carver, Scheier y Weintraub (1989) de 5 estilos. Esto va en contraposición de la teoría marcada por el modelo transaccional que ve al afrontamiento como un proceso dinámico dependiente del contexto. Ahora bien ¿Qué explica esta teoría sobre la diferencia entre mujeres y hombres en el estrés y su afrontamiento?

La hipótesis que ofrece como explicación es que los niveles de estrés en las mujeres son más altos que los de los hombres, porque las mujeres tienen un afrontamiento inadecuado del estrés, por ello sus altos niveles de estrés vs los hombres que tienen niveles mucho más bajos porque ellos si tienen un afrontamiento adecuado del estrés. Todo esto basado en investigaciones que relacionan los estilos de afrontamiento propuestos con los niveles de estrés en hombres y mujeres (Berra, Muñoz, et al, 2014; Brougham, et al, 2009; De la iglesia, et al, 2018; Rubio, et al, 2016; Sandín & Chorot, 2003; Schoeps y Montoya-Castilla, 2017).

En estas investigaciones las mujeres suelen tener tendencias altas o preferencias hacia los estilos de afrontamiento de revaloración positiva, expresión emocional y búsqueda de apoyo social. Mientras que los hombres tienden a preferir los estilos de afrontamiento de solución del problema y la evitación. En el caso de las mujeres estas tendencias son caracterizadas como “pasivas” ya que no están orientadas a resolver la situación sino a lidiar con el estrés emocional, mientras que las de los hombres están caracterizadas como “activas” porque están orientadas a resolver las situaciones, tomar acción directa o evitarlas por completo.

Bajo esta perspectiva la respuesta a nuestra pregunta está clara: las mujeres se estresan más porque tienen peor afrontamiento que los hombres. Pero ¿Esto es así? Analicemos con cuidado esta hipótesis, así como la metodología en la que se basa.

Ya que ya definimos qué es un estilo de afrontamiento, comenzaremos con cómo se define que estilo de afrontamiento tiene una persona o en este caso un colectivo en particular como son las mujeres y los hombres. La medición de los estilos de afrontamiento proviene de instrumentos creados exprofeso, que determinan esta tendencia a partir de cuantificar la frecuencia de la utilización de alguna estrategia de afrontamiento perteneciente a alguno de los estilos antes mencionados, se suma esta frecuencia y se asigna un estilo o estilos de afrontamiento en función de en cual se puntúa más alto.

Existen varios instrumentos que miden estilos de afrontamiento. Siendo algunos de los más populares los siguientes:

1. Inventario COPE: Formulado originalmente en 1989 por Carver, Scheier y Weintraub. Este inventario ha pasado por múltiples revisiones y adaptaciones, cuenta con 40 ítems (esto varía según la versión), con un formato de respuesta escala Likert de 5 opciones, que van desde 1 = Nunca uso esta estrategia de afrontamiento a 5 = Siempre uso esta estrategia de afrontamiento. Contempla 5 estilos de afrontamiento: Autoayuda (búsqueda de apoyo social), Aceptación (Revaloración positiva), Aproximación (Solución del problema), Evitación y Auto-castigo. Su Alpha varía entre .78 y .87, según la versión y la validación. Este inventario es uno de los más utilizados a nivel mundial, apareciendo en alrededor de 60 mil investigaciones en el periodo de búsqueda estándar de cinco años.

2. Cuestionario de afrontamiento del estrés (CAE): Este instrumento comenzó su vida como la Escala de estrategias de Coping (EEC) formulada por Chorot y Sandín en 1987, la cual contenía 9 estilos de afrontamiento y 90 ítems, pasó por una revisión en 1999 que la redujo a 54 ítems (EEC-R) y en 2003 después de otra revisión que la reduciría a 42 ítems y 7 estilos de afrontamiento, pasando a denominarse CAE, todas las versiones tienen una escala de respuesta tipo Likert de 5 opciones, que van del 0 = Nunca a 4 = Casi siempre. Esta escala es una de las más utilizadas en habla hispana, apareciendo en alrededor de 6 mil investigaciones en el periodo de búsqueda estándar de cinco años. Su Alpha varía entre .60 y .85 dependiendo de la versión y de la validación.

3. Ways of Coping Questionnaire (WCQ): Este es el cuestionario original sobre estilos de afrontamiento que fue formulado por Folkman y Lazarus en 1980 en sus investigaciones sobre el afrontamiento. El concepto en el que se basa este cuestionario sería eventualmente abandonado por sus autores al formular la definición actual sobre el afrontamiento, que lo ve como algo dinámico y no estático. En su momento pasó por tres revisiones (1985, 1986 y 1988), consta por 66 ítems y un formato de respuesta de escala Likert de 4 opciones que van desde 0 = No aplica o no se usa a 3 = La utilizo mucho. Toma en cuenta 8 estilos de afrontamiento: Confrontativo, distante, autocontrol, búsqueda de apoyo social, aceptación de la responsabilidad, huida-Evitación, solución planificada del problema y revaloración positiva. Su Alpha va de .61 a .79 dependiendo de la versión y la validación.

Como se puede observar estos instrumentos son ampliamente utilizados y tiene buenos índices de consistencia interna. Veamos que tienen en común: Utilizan escalas Likert en términos de frecuencia, los ítems se ordenan en estilos de afrontamiento determinados y proveen un resultado mediante la suma de frecuencia. Otra cosa que tienen en común es un complicado historial de validaciones, ya que al hacer una validación o comprobación de la estabilidad de sus factores se obtienen resultados muy dispares.

Comenzando con el COPE validaciones y comprobaciones de sus propiedades psicométricas encuentran una gran variedad de inconsistencias entre modelos con una gran variedad en número de ítems, número de factores y coeficientes de consistencia interna. Esto produce una gran variabilidad en la evidencia empírica que proporciona limitando la comparación entre los resultados de estudios que lo utilizan. Una de las validaciones más recientes hecha por Abdul Rahman, Bani Issa y Naing (2021) atribuyen esta variabilidad a la naturaleza compleja del afrontamiento y que este está influenciado por la cultura, tipos de estresores y otras variables psicosociales. Si bien no desaconsejan el uso del instrumento al considerarlo una herramienta flexible, si aconsejan interpretar con precaución los resultados provistos. Su validación de este instrumento se compone de 22 ítems y solo dos factores, explicando el 37% de la varianza. Otras validaciones proponen 24 ítems y 4 factores (Reich, et al, 2016).

En el caso del CAE tenemos una situación similar con inconsistencias entre modelos, variando el número de factores e ítems. Una de las validaciones más recientes es la realizada por Quezada-Berumen y colaboradores (2018) donde obtuvieron 34 ítems y seis factores o la realizada por Azcárraga (2020) donde obtuvo dos factores y 18 ítems. En ambas validaciones se le considera como una herramienta válida, pero ante tanta variabilidad es complicado realizar comparaciones entre estudios y los resultados deben de interpretarse con cuidado.

Finalmente, en el caso del WCQ nos encontramos con una situación idéntica a las anteriores. Desde su creación se encontró una gran inestabilidad entre las mediciones, formato de respuesta, número de ítems y factores. Encontrándose en estudios contemporáneos estructuras de 8, 7, 5, 3 y 2 factores (Scherer, Luther, Wiebe y Adams, 1988) y una gran variabilidad en los resultados, lo que

reforzaría la idea de Folkman (1986) sobre la naturaleza dinámica y contextual del afrontamiento por sobre la idea de predisposiciones o tendencias innatas.

Por lo que si bien se les puede considerar (dentro de cierto margen de error) medidas adecuadas, es cierto que hay que interpretar con cuidado sus resultados. Más allá de esto surge la pregunta de: Utilizando a estas medidas ¿Cómo es que se llega a la conclusión de que las mujeres tienen un afrontamiento inadecuado? Porque más allá de propiedades psicométricas lo que miden estos instrumentos es una tendencia a un estilo u otro, pero no mide éxito o fracaso del afrontamiento, eficacia del afrontamiento o calidad del afrontamiento. Porque incluso aunque aceptáramos la idea del afrontamiento como algo estático, contradiciendo el modelo transaccional, el tener un estilo de afrontamiento u otro no nos dice nada sobre su éxito, revisemos el análisis que lleva a estas investigaciones a realizar esta afirmación.

En este tipo de investigación no se mide solo el estilo de afrontamiento, sino también el estrés y alguna variable como ser adolescente, universitario o pertenecer a una etnia o clase social concreta. El cómo se llega a la afirmación de “Las mujeres se estresan más que los hombres por un afrontamiento inadecuado” surge de realizar una correlación entre el nivel de estrés reportado y los estilos de afrontamiento, usualmente obteniendo coeficientes de correlación de .2 a .4 lo cual indicaría que existe una relación baja, esto en caso de que se haya realizado dicho análisis, ya que hay estudios que realizan este tipo de afirmaciones sin el respaldo de análisis de correlación o similares, solo utilizando los resultados de las pruebas de diferencia, las cuales solo reportan que existe diferencia pero no relación o causalidad (Anbulamar, et al, 2017; Eisenbarth, 2019; Graves, et al, 2021; Schmied, et al, 2014).

En este último caso no habría evidencia para llegar a esta conclusión, ya que, como se mencionó antes, solo designan un estilo, por lo que no se pueden hacer afirmaciones sobre el porqué de los niveles de estrés porque no hay datos disponibles del porqué de los niveles de afrontamiento y estilos de afrontamiento no son una justificación de estos. En el caso de haberse llevado a cabo análisis de correlación, el problema no está en el análisis, sino en: 1.- Una correlación baja no permite hacer afirmaciones tan categóricas y 2.- Si bien existe la relación es posible que la interpretación de esa relación no sea la adecuada.

La relación que se infiere de este análisis es: Estilo de afrontamiento emocional = Alto estrés, por lo tanto, afrontamiento inadecuado. Pero de nuevo estos instrumentos no proporcionan información de la efectividad, éxito o calidad del afrontamiento, por lo que tener un estilo de afrontamiento u otro justifica los niveles de estrés reportados por la persona. Esto choca también con dos fundamentos teóricos del modelo transaccional: 1.- Los niveles de estrés cambian, el nivel de estrés es variable dependiendo de las situaciones por las que está pasando la persona, una semana puede ser muy estresante y reportar alto niveles de estrés, pero la siguiente semana puede ser más relajada y reportar niveles de estrés comparativamente menores. Y 2.- El afrontamiento es un proceso dinámico y dependiente del contexto. Por lo que no es posible atribuir la experiencia total del estrés ya no solo de una persona sino de un colectivo a una sola variable.

A esto se le puede sumar que esta forma de medir el afrontamiento del estrés no va en línea con el desarrollo teórico del concepto, ya que Lazarus y Folkman, además de conceptualizarlo como un proceso en constante cambio, también proponen que la eficacia de las respuestas de afrontamiento debe de ser determinada. La eficacia de una estrategia de afrontamiento debe de ser determinada no solo por el efecto en un encuentro en particular sino también por su impacto a largo plazo (Kim & Duda, 2003). Para medir los efectos inmediatos de una estrategia de afrontamiento las personas reportarían si el intento de afrontamiento mejoró su humor, ayudo a resolver el problema o al menos lo disminuyó o no tuvo ningún efecto. En el caso de los efectos a largo plazo se propone que se deben de investigar los índices de bienestar y/o satisfacción general de las personas (Folkman, 1991). Esto se debe a que algunas causas de estrés son tan poderosas (estresores mayores) que las personas no son capaces de cambiar el resultado.

Otro aspecto que va en contra del modelo transaccional es que el estrés es visto como un proceso, donde el afrontamiento es solo el final del proceso, el resultado de los procesos de apreciación, por lo que en caso de "error", este no se va a encontrar en el afrontamiento, sino el proceso de apreciación que llevo a ese resultado.

El inconveniente de considerar el afrontamiento solo desde el resultado es que el afrontamiento efectivo es equiparado con afrontamiento que resuelve problemas y reduce emociones y cogniciones negativas en el momento actual o con el tiempo. Sin embargo, algunas situaciones complicadas no pueden ser reguladas o resueltas. Para ello Folkman (1991) propone el modelo de la bondad de ajuste del afrontamiento. En este modelo hay dos ajustes que deben de ponerse a prueba. El primero de ellos es la concordancia entre lo que está pasando en esa transacción persona-ambiente y la evaluación que la persona está haciendo de ella. Cuando hay una evaluación equivocada la persona puede “estarse ahogando en un vaso de agua” o desestimar de manera errónea la seriedad de la situación. El segundo ajuste se refiere a la concordancia entre la evaluación de la controlabilidad de la situación y las estrategias de afrontamiento utilizadas (Kim y Duda, 2003).

Esto hace referencia al hallazgo de que una percepción alta de control sobre una situación estresante está relacionada positivamente con el uso de formas de afrontamiento centradas en el problema y una baja percepción de control corresponde con un empleo mucho mayor de estrategias de afrontamiento centradas en la emoción (Folkman, et al, 1986). Esta percepción de control o de no control, no es estática, sino que está en constante cambio en función del contexto y variables psicosociales como el main effect antes mencionado. Esto no implica que los datos aportados por estas investigaciones sean erróneos, ya que algo que si aportan tal vez no es información sobre estilos de afrontamiento, sino que nos permiten conocer la frecuencia en que las personas sean hombres o mujeres se encuentran con situaciones que perciben como imposibles o “no controlables”.

Por todo lo anterior es posible afirmar que esta hipótesis que dicta que la diferencia en el estrés entre mujeres y hombres se debe de a un afrontamiento inadecuado no es correcta ya que las mediciones en las que se base son cuanto menos cuestionables y no van en consonancia con la teoría.

Esto último no solo se limita a la forma en la que se realizaron las investigaciones sino también la forma en la que comunican esta clase de conclusiones, ya que en el lenguaje utilizado para caracterizar el afrontamiento de las mujeres sobresalen adjetivos como: “ineficaz”, “pasivo”, “improductivo” o “desadaptativo”.

ESTESIS ESTESIS ESTESIS ESTESIS ESTESIS

Esto en referencia a su mayor uso de estrategias como la búsqueda de apoyo social, la expresión emocional o la revaloración positiva, que están orientadas a la gestión del estrés emocional y no a la resolución del problema. Mientras que en el caso de los hombres no encontramos con adjetivos como: “activo”, “Eficaz”, “adaptativo”, “centrado en la acción” o “Productivo”, en referencia a su mayor uso de estrategias centradas en la solución del problema (Sandín & Chorot, 2003), esta perspectiva asume que todos los problemas son solucionables, que todo el mundo tiene acceso a los mismos recursos y que la única respuesta posible es una “activa”.

Esto como ya vimos no va en respuesta de alguna cualidad intrínsecamente masculina o femenina, sino en respuesta a la percepción de controlabilidad de la situación, la cual está ligada al main effect y otras variables psicosociales que actúa como filtros en la percepción. Además de que de nuevo no coincide con lo que dice la teoría sobre el afrontamiento donde este es un concepto neutro, ninguna estrategia es buena o mala, solo tiene que cumplir con la función de eliminar o reducir el estrés. Por lo que cualquiera de los adjetivos antes mencionados es irrelevante.

Sin embargo, esto ha contribuido a crear una percepción sesgada y negativa sobre el afrontamiento, llegando a considerar como el único afrontamiento válido como aquel que resuelve problemas. Siendo aún más problemático el atribuir todas estas condiciones negativas a la mujer, sin considerar explicaciones alternativas a sus niveles de estrés, haciendo que se les culpabilice de tener niveles de estrés altos, ya que sería “su culpa por no afrontarlo bien”. Además de ser una explicación insuficiente, entraría dentro del sesgo de género.

Problemas con la teoría de los estilos de afrontamiento

Ahora ¿de dónde vienen todos estos aspectos problemáticos? La idea del afrontamiento como algo fijo o como un factor estable asociado a disposiciones personales surge de versiones tempranas de lo que terminaría siendo el modelo transaccional. El cual comenzaría a ser desarrollado por Lazarus en 1966, donde

surge el concepto de apreciación cognitiva, aspecto fundamental del modelo transaccional y que se ha ido demostrando como correcto, es en esta versión temprana donde el afrontamiento se consideraría como algo estable y ligado a la personalidad/disposiciones personales, esto provendría de los trabajos anteriores de Lazarus, quien antes de trabajar con el estrés trabajó con la personalidad, sus tipos y patrones, forma de pensamiento que intentaría aplicar al afrontamiento. El origen de los estilos de afrontamiento o el afrontamiento como rasgo proviene de teorías con raíces en el psicoanálisis freudiano y otras aproximaciones psicodinámicas, donde los términos stress y ansiedad se confundían, y se trataban de explicar los signos y síntomas asociados al estrés desde lo psicosomático y los mecanismos de defensa.

Haciendo énfasis en el afrontamiento como un rasgo de la personalidad, abordándolo como un conjunto de estrategias defensivas dicótomas, ordenadas jerárquicamente en función de que tan “saludables” o “Patológicas” se les considera, siendo algunas de ellas, por ejemplo, la evitación, calificadas automáticamente como patológicas. Siendo el psicoanalista Karl Menninger, en 1954 quien crearía una de las primeras clasificaciones de estilos de afrontamiento.

Lazarus intentaría probar esta idea mediante varios estudios y experimentos, así como con la creación del instrumento WCQ, el cual ya se ha mencionado. La inestabilidad de las mediciones y los resultados de experimentos y estudios hechos durante la década de 1980, llevarían a modificar la forma en la que se conceptualizaba el afrontamiento, formulando a partir de los resultados de estudios hechos en 1984, 1986 y 1987 y en conjunto con Folkman la noción del afrontamiento como un proceso dinámico dependiente del contexto, y creando dos grandes clasificaciones inespecíficas: el afrontamiento centrado en el problema y el afrontamiento centrado en la emoción. No son estilos o disposiciones fijas, sino una forma simple de clasificar las conductas de afrontamiento posibles, ya que ni en estos estudios ni en los anteriores encontraron patrones de conductas que pudieran atribuirse o conformarse como estilo.

Lo que si encontraron en estos estudios es que el optar por un tipo de conducta u otra dependía de la percepción del evento estresor, durante la apreciación

primaria. Si este era susceptible de cambio o estaba en un entorno propicio para ello la persona lo intentaba resolver, si por el contrario la situación era percibida como no susceptible de cambio o el entorno no era propicio para ello se recurría a algún tipo de desahogo emocional. A estas dos percepciones se le añadirían la necesidad de más información y la de contención. Estas percepciones igual no son fijas, sino que están ligadas al contexto, a la percepción de la persona, la cual esta atravesada por variables de atributo, todo lo cual no son valores fijos (Folkman, et al, 1986; Lazarus & Folkman, 1987)

En 1991 Folkman se propondría la bondad de ajuste del afrontamiento, que profundiza en la idea del afrontamiento como dependiente del contexto, añadiendo conceptos como la idoneidad del afrontamiento, bajo la idea de que existen contextos donde, pese a ser posibles o las más adecuadas, pueden no permitirse conductas de afrontamiento. Otro concepto es el error de apreciación, que es interpretar una situación como no susceptible de cambio, cuando en realidad si lo era o viceversa. Todo esto enriquece el modelo transaccional y fortalece su concepción del afrontamiento.

Sin embargo, y volviendo a los estilos de afrontamiento, todos estos avances teóricos y los resultados empíricos que los apoyan no son tomados en cuenta y se defiende la idea original de 1966. Aquí subyace el problema principal con esta teoría, que se puede considerar sesgada. Ya que va en contracorriente de lo estipulado por su teoría madre, no hay una definición clara de que constituye un estilo de afrontamiento, y dentro de la misma teoría no hay consenso de cuáles y cuantos son. Ya que Carver, Scheier y Weintraub (1989) proponen 5 estilos, Sandín y Chorot (2003) proponen 7 y el WCQ proponía 8. Número que como han probado validaciones posteriores tampoco es estable.

Incluso dejando de lado los sesgos relacionados con el género en las investigaciones realizadas bajo esta teoría, es posible argumentar que estamos ante una teoría que ya contiene otros sesgos que cuestionan sus aportaciones.

Justificación

La relevancia de esta investigación se puede dividir en tres niveles de importancia: teórica, práctica y social. Su relevancia teórica se basa en la idea de que para la construcción del conocimiento tomamos como punto de partida

tesis tesis tesis tesis tesis

teorías e investigaciones previas, siendo una práctica estándar utilizar (en la medida de lo posible) referencias de los últimos cinco años como fundamento teórico de nuestras propias investigaciones, sin embargo, estas investigaciones no ocurren en el vacío, sino que están ligadas a una realidad social y a paradigmas científicos, metodológicos e ideológicos, siendo susceptibles a diversos sesgos, entre ellos el sesgo de género, los cuales pueden comprometer la validez de nuestros resultados, por ello es necesario y deseable poner a prueba el conocimiento existente en busca de estos sesgos y determinar hasta qué punto puede seguir siendo fundamento de nuevas producciones. Lo mismo sucede con los instrumentos y pruebas psicométricas utilizados para la medición de constructos psicológicos, los cuales, con el paso del tiempo, el avance de la disciplina y el cambio social pueden ya no ser adecuados, siendo sus mediciones inexactas.

En el aspecto práctico no podemos olvidar que la investigación no es un simple ejercicio intelectual, sino que debe de tener un fin y utilidad claras, el conocimiento generado pasa a formar parte de la práctica psicológica y de otras disciplinas, ya que este conocimiento no es de uso exclusivo de la psicología, siendo también relevante en otras disciplinas como la medicina, por lo que los posibles sesgos y defectos presentes en la investigación sobre el estrés y su afrontamiento, pueden derivar en diagnósticos y tratamientos inadecuados que ponen en situaciones de vulnerabilidad a ciertos colectivos, mientras que normaliza y favorece injustamente a otros, como históricamente ha sido el caso de la mujer o el haber considerado durante gran parte del siglo veinte a la homosexualidad como “trastorno mental” en los manuales de diagnóstico DSM y CIE. Una investigación sesgada puede comprometer el bienestar de un gran número de personas, siendo por ello necesaria la revisión crítica del conocimiento existente, además de que una explicación coherente basada en evidencia del porqué de las diferencias en la experiencia del estrés entre mujeres y hombres puede dar lugar a tratamientos e intervenciones adecuadas para cada sexo, siendo aún más relevante ya que el estrés es precursor de problemas de salud mental graves como son trastornos de ansiedad y depresión, además de causar por sí mismo problemas de índole física.

En el aspecto social, la investigación no sucede en el vacío, sino que está ligada al entramado social, influyéndose mutuamente, hay que preguntarnos de dónde provienen los sesgos presentes, de qué construcciones sociales surgen, como nos posicionamos ante ellas y de cómo los datos y conclusiones a las que llegamos forman parte del entorno social y cómo lo afectan. Puede ser en el plano lingüístico donde el estrés se “populariza” y pasa a ser un término genérico que engloba una multitud de síntomas y circunstancias. O en aspectos más formales como la creación de políticas y programas sociales que toman como base estos conocimientos y que frente a la posibilidad de sesgos, en el mejor de los casos conduce a un desperdicio de recursos al no favorecer a nadie y en el peor a favorecer a un colectivo en detrimento de otro.

Por eso, ante la posibilidad de sesgo y la insuficiente explicación de las diferencias entre mujeres y hombres en el estrés y su afrontamiento y tras exponer estos tres niveles de relevancia creo que es importante y necesaria una revisión crítica de la investigación sobre el tema, así como una explicación coherente, basada en evidencias y adecuada al contexto del porqué de esta diferencia.

Metodología

Se trata de una investigación cuantitativa transversal descriptiva, donde se está haciendo un análisis de datos secundarios mediante el análisis de contenido con orientación cuantitativa.

Objetivos

Objetivo general

- Determinar la prevalencia de un sesgo metodológico y de género en la investigación sobre el estrés y su afrontamiento.

Procedimiento

Se realizó una revisión sistemática, que abarcó la investigación sobre el estrés en el periodo 1979 a 2022, dividiendo la información en fragmentos de diez años: de 2022 a 2012, 2011 a 2001, 2000 a 1990 y 1989 a 1979. Esto con el propósito de poder observar el desarrollo del concepto y de su relación con la variable género. El límite del año 1979 se debe a que, de acuerdo con la revisión de la literatura realizada, es a partir de este año cuando se realizan las primeras publicaciones de lo que llegaría a ser el modelo transaccional del estrés, el cual se publicaría en 1984, y se desarrollaría en los años y décadas siguientes.

En tanto al género, se consideraría que, para ese momento, las ideas de la diferenciación sexual y del género, ya habrían llegado a una etapa de madurez y la comunidad científica estaría consciente de su existencia y sus implicaciones. Esto basado en la consideración de que textos clave para la formación del concepto ya habrían sido publicados y tenido una influencia en paradigmas teóricos y epistemológicos. Entre dichas obras encontramos a *El segundo sexo* de Simone de Beauvoir publicado en 1949, la obra de Sigmund Freud donde encontraríamos el reconocimiento del lugar de la sexualidad en la sociedad y de las diferencias en la experiencia social de mujeres y hombres (Molina, 2008), elemento que también encontraríamos en obras como *La estructura social del parentesco* del antropólogo Claude Lévi-Strauss publicado en 1949, las lecturas y revisiones de la teoría psicoanalítica por parte de Lacan desde las décadas de 1950 y 1960. La historia de la sexualidad de Michel Foucault que comenzó su publicación en 1976. Así como la obra de filosofas feministas como Judith Butler,

Monique Wittig, Gayle Rubin y Donna Haraway publicadas desde la década de 1970 en adelante.

Inicialmente se propuso utilizar artículos científicos de 15 bases de datos, realizando búsquedas separadas para inglés y español. Sin embargo, dificultades técnicas redujeron el número de bases de datos a 7. Para la búsqueda en español, se utilizaron las palabras clave: estrés percibido, afrontamiento y estilos de afrontamiento. Para la búsqueda en inglés se utilizaron las palabras clave: perceived stress, coping y coping styles. Estas palabras clave se seleccionaron a partir de la revisión de literatura previa.

La selección de las bases de datos para el estudio es en base en los siguientes criterios de inclusión:

1. Acceso libre o institucional.
2. Cobertura de temas de ciencias de la salud, ya sea como especialización o como parte de una línea editorial amplia.
3. Reconocimiento internacional.
4. Capacidad para exportar en formatos estándar para la investigación: Research Information System (.RIS); Comma-separated values (.CSV) o Archivo de información bibliográfica (.BIB).

Para la búsqueda y cribado inicial se utilizaron las herramientas provistas por cada base de datos, para dividir la búsqueda en los intervalos especificados y estableciendo filtros basados en los siguientes criterios de inclusión y exclusión.

Criterios de exclusión

1. Falsos positivos: Artículos que contengan las palabras clave, pero pertenezcan a otras disciplinas.
2. Artículos repetidos entre las bases de datos.
3. Artículos con entradas independientes para cada idioma en que fue publicado, se utilizará únicamente el idioma original de publicación.
4. Artículos en idiomas como portugués o italiano, que, por su similitud con el español, hayan aparecido en los resultados.
5. Artículos sin resumen público.

6. Artículos pendientes de publicación.
7. Artículos realizados bajo metodología cualitativa.
8. Artículos de revisión sistemática.

Criterios de inclusión

1. Artículos publicados desde las ciencias de la salud.
2. Que aborden el tema desde un marco cognitivo-conductual
3. Publicados originalmente en inglés o español.
4. La utilización de metodología cuantitativa o mixta.

Una vez obtenido la muestra final de artículos, se evaluará la presencia o no presencia de 10 tipos de sesgo, 6 tipos de sesgo metodológico y 4 tipos de sesgo de género, los cuales son definidos operacionalmente de la siguiente manera (García, 2019; Parlee, 2014; Recio, 2014; Walden, 2007):

Sesgo en el modelo teórico de partida: La falta de definición adecuada de las variables a estudio, que estas definiciones no operen dentro del marco cognitivo conductual. Que si usan el modelo transaccional del estrés vayan en contra de lo estipulado por el mismo, en lo referente a las definiciones de estrés y afrontamiento. Que utilicen versiones tempranas o antiguas de este modelo. El uso de modelos derivados sin suficiente fundamentación. El no uso de un modelo del estrés, sino su forma coloquial.

Sesgo en la selección de la muestra: Que no se hayan utilizado procedimientos adecuados para la selección de la muestra, que no se detalle el proceso de selección, la justificación para ello; la no utilización de muestras equilibradas en comparaciones. El no declarar criterios de inclusión y exclusión. Que estos criterios carezcan de fundamentación teórica o metodológica. Que la muestra no sea representativa de la población bajo estudio, rangos de edad extremos sin justificación.

Sesgo en la elección de instrumentos: El uso de instrumentos no estandarizados y adaptados para la muestra seleccionada, instrumentos que no operen dentro del marco cognitivo conductual, instrumentos incoherentes con lo estipulado por el modelo transaccional del estrés. La utilización de instrumentos que sean incompatibles con la teoría, instrumentos teórica y epistemológicamente incompatibles entre sí. Que no esté presente la descripción de las cualidades

psicométricas de cada instrumento, así como que estas no sean adecuadas ante los criterios vigentes. La utilización incorrecta de los instrumentos seleccionados.

Sesgo en el análisis de los resultados: No seguir adecuadamente las indicaciones para calificar los instrumentos utilizados, no cumplir con los requisitos para los análisis estadísticos propuestos, no cumplir con los criterios de normalidad y en caso de no cumplirlos no utilizar el nivel de análisis adecuado, utilizar análisis incoherentes con los objetivos y pregunta de investigación. En el caso de análisis de diferencia, no realizar también pruebas de tamaño del efecto.

Sesgo en la interpretación de los resultados: Conclusiones e interpretaciones no basadas en evidencia, incoherentes con la teoría, los instrumentos utilizados y los análisis realizados. La exageración de diferencias y correlaciones no relevantes.

Sesgo en la publicación de los resultados: La ausencia de contexto para interpretar las puntuaciones y valores presentados, y la omisión de resultados de análisis.

En el caso de los sesgos de género, se buscan el androcentrismo, la ceguera de género y la asunción incorrecta de igualdad o diferencia, ya sea insertos dentro de los seis antes mencionados o de manera general.

Androcentrismo: El uso del hombre como prototipo poblacional para la interpretación de los resultados. El uso innecesario del universal masculino o la omisión de los resultados de la muestra femenina.

Ceguera de Género: La omisión de la variable género ya sea como variable a controlar o como categoría de análisis. En el caso de las muestras mixtas no reportar el número de participantes pertenecientes a cada género. No reportar o interpretar las implicaciones de los resultados en caso de encontrar relaciones o diferencias entre las variables a estudio y el género.

Asunción incorrecta de igualdad o diferencia: Partir de un supuesto de igualdad o diferencia sin evidencia empírica o sustento teórico que lo justifiquen. No realizar pruebas de diferencia cuando se tiene la información para ello.

A partir de lo observado durante el cribado inicial de los datos se decidió añadir una categoría más al análisis de sesgo. Discriminación: La presencia de

prácticas, lenguaje o ideologías discriminatorias, como pueden ser: sexismo, homofobia, transfobia, clasismo, y racismo.

Cada una de estas categorías se evalúa como una variable dicotómica, si y no, presencia y no presencia. A mayor puntuación mayor es la presencia de sesgo, a menor puntuación menor es la presencia de sesgo. Lo que permitirá reportar un porcentaje de sesgo observado, cuáles son los más comunes. El análisis de los datos se está llevando a cabo mediante el Software de análisis estadístico SPSS V26 y JASP 0.19.

Como parte de la evaluación de sesgo se invitó a jueces externos para verificar el dictamen del análisis de sesgo, como parte del proceso se les entregaron las definiciones operacionales de cada tipo de sesgo, para que evaluaran la información desde las mismas condiciones. De igual modo se les entregó un paquete de datos con una muestra aleatoria de artículos ya revisados para que los evaluarán y se comparará su dictamen con el del juez principal.

Resultados

Primero se presentan los datos correspondientes a la revisión sistemática. La siguiente tabla detalla los resultados de la búsqueda en bruto en las bases de datos seleccionadas.

Tabla 1: Búsqueda en bruto

	Nombre	Inglés	Español
1	SCIELO	1,528	388
2	REDALYC	100,418	417,123
3	WILEY	605,687	139
4	SAGE JOURNALS	376,122	34
5	EBSCO HOST	27,118	386
6	TAYLOR & FRANCIS	811,856	300
7	ANNUAL REVIEWS	9,339	1
8	CAMBRIDGE UNIVERSITY PRESS	139,400	309
9	DIALNET	2,427	1,793
10	DUKE UNIVERSITY PRESS	13,144	0
11	PROJECT MUSE	16,778	2
12	SCIENCE DIRECT	432,886	1,555

13	SPRINGER	398,107	13
14	PUBMED	66,818	18
15	APA PSYCNET	5,332	7
	Total	3,002,160	422,068

Fuente: Elaboración Propia

Una vez iniciada la extracción de los paquetes de datos se encontró que las bases de datos: DUKE UNIVERSITY PRESS, PROJECT MUSE, SPRINGER, APA PSYCNET, DIALNET y TAYLOR & FRANCIS. Presentaban obstáculos de carácter técnico que imposibilitaban la obtención de los datos, por lo que fueron eliminadas. Las bases de datos que cumplieron con los requisitos de inclusión y permitieron la extracción de los paquetes de datos fueron SCIELO, WILEY, SAGE JOURNALS, EBSCO HOST, ANNUAL REVIEWS, CAMBRIDGE UNIVERSITY PRESS y SCIENCE DIRECT.

Bases de las cuales se obtuvieron los paquetes de datos, a partir de los cuales se procedió a una segunda limpieza y cribado utilizando los softwares de gestión bibliográfica Zotero y Citavi 6, los cuales cuentan con herramientas de clasificación de referencias, búsqueda de elementos duplicados, recuperación de metadatos e informes de elementos retirados. Siendo estas utilizadas para eliminar cualquier elemento que cumpla con los criterios de exclusión, de este segundo cribado resultaron seleccionados 78684 artículos, los cuales fueron preparados para el tercer cribado utilizando el software especializado en revisión sistemática ASReview Lab. El cual es una herramienta que hace uso de "Machine Learning" o "Aprendizaje automático" (una forma de inteligencia artificial) para la realización de revisiones sistemáticas. El software está desarrollado por van de Schoot, R., de Bruin, J., Schram, R. et al, 2021, del departamento de metodología y estadística de la Universidad de Utrecht. Una vez obtenidos los paquetes de datos producto del tercer y último cribado, se alcanzó una muestra final de la muestra final consiste en 4205 artículos. Inicialmente se procesaban en su totalidad los paquetes de datos, sin embargo,

este era un proceso muy intensivo en tiempo y que arrojaba pocos resultados, ya que, en algunos de los paquetes de datos, la ratio de selección llegó a alcanzar 1000 a 1, es decir, se descartaban 1000 artículos por cada relevante encontrado.

Figura 3: Estadísticas de selección



Fuente: ASReview Lab, 2023

Por lo que siguiendo la asesoría de los desarrolladores del software se utilizó el modo de simulación para imponer reglas de decisión, las cuales consistieron en que el paquete de datos se iba a dar como revisado cuando se alcanzaran los 100 artículos relevantes o se llegara a la ratio de 350 artículos descartados por cada relevante encontrado. Lo que ocurriera primero. Es posible que la densidad de artículos irrelevantes en los sets de datos tenga su origen en que las bases de datos no cuentan con herramientas lo suficientemente finas como para filtrar eficazmente la información, basándose principalmente en las palabras clave proporcionadas por autores y en los títulos, por lo que en general no es posible filtrar por metodología o teoría, además de que muchas de las revistas suelen tener líneas editoriales amplias, a esto se suma la popularización del estrés como variable principal, mediadora o predictora en un gran abanico de temáticas y fenómenos.

Como resultado final de la revisión sistemática se obtuvo una muestra total final de 4205 artículos pertenecientes a las bases de datos SCIELO, WILEY, SAGE JOURNALS, EBSCO HOST, ANNUAL REVIEWS, CAMBRIDGE UNIVERSITY PRESS y SCIENCE DIRECT. De esta muestra total se extrajeron y analizaron 600, de los cuales un 60 % presentan algún sesgo, siendo en lo metodológico, el sesgo en el modelo teórico de partida el más frecuente (28.2%), mientras que, en el sesgo de género, la ceguera de género (34.7%) fue el más frecuente. De una puntuación sesgo total posible de 10 puntos, la muestra analizada presenta una media de 1.57, desviación estándar de 1.67 y una máxima de 8. En la siguiente tabla se enumeran los distintos sesgos y su porcentaje observado.

Tabla 2: Resultados del análisis de sesgo

	Sesgo	Porcentaje
1	Sesgo en el modelo teórico de partida	28,2%
2	Sesgo en la selección de la muestra	13,3%
3	Sesgo en la selección de instrumentos	20,5%
4	Sesgo en el análisis	2,9%
5	Sesgo en la interpretación de los resultados	8%
6	Sesgo en la publicación de los resultados	3,3%
7	Androcentrismo	17,6%
8	Ceguera de género	34,7%
9	Asunción incorrecta de igualdad o diferencia	26,4%
10	Discriminación	4%

Así mismo se realizó una correlación de Pearson entre la presencia de sesgo y el año de publicación de los artículos analizados, esto con el propósito ver si con el paso del tiempo la noción e importancia de la variable género se iría incorporando a la investigación, sin embargo, se encontró que no existe una correlación estadísticamente significativa entre ambas variables ($r = .05$; $p=.32$), para corroborar el resultado se realizó individualmente la correlación entre las variables de sesgo de género y el año de publicación, no se encontraron correlaciones estadísticamente significativas entre androcentrismo ($r=-0.4$; $p=.40$), ceguera de género ($r=.07$; $p=.19$), asunción incorrecta de igualdad o equidad ($r=.01$; $p=.76$) o discriminación ($r=-.09$; $p=.08$).

En el apartado de la fiabilidad se realizaron los procedimientos Kappa de Cohen, Kappa de Fleiss, Alpha de Krippendorff y Correlación intraclase de tipo 1,1.

Tabla 3: Kappa de Cohen

	Juez 1	Juez 2	Juez 3
Juez 1			
Juez 2	0.737		
Juez 3	0.211	0.04	
Juez 4	0.375	0.211	0.737

Se obtuvo una Kappa de Fleiss general de 0.37 (IC del 95%=0.12-0.6), una Alpha de Krippendorff general de 0.39 (IC del 95%= 0.06-0.7) y un coeficiente de correlación intraclase general de 0.41 (IC del 95%= 0.12-0.7). Los tres indicando un ajuste moderado.

Estas tres pruebas también se realizaron de forma independiente, separando los sesgos metodológicos y los sesgos de género, para observar si existe una variación en el acuerdo entre jueces dependiendo del tipo de sesgo evaluado.

En el caso del sesgo metodológico se obtuvo una Kappa de Fleiss de 0.11 (IC del 95%= 0.21-0.43), una Alpha de Krippendorff de 0.14 (IC del 95%= 0.15-1) y un coeficiente de correlación intraclase de 0.16 (IC del 95%= 0.07-0.5). Los tres indicando un ajuste bajo.

En el caso del sesgo de género se obtuvo una Kappa de Fleiss de 0.40 (IC del 95% = .007-0.8), una Alpha de Krippendorff de 0.44 (IC del 95% = 0.18-1) y un coeficiente de correlación intraclass de 0.50 (IC del 95% = 0.2-0.7). Los tres indicando un ajuste moderado.



Discusión y Conclusiones

El sesgo en el modelo teórico de partida fue el más común en lo metodológico con 28,2% , se encontró que existe una falta de claridad respecto al concepto del estrés, el cual se ha reducido a un par de definiciones sencillas, reduciendo su complejidad, esto ha ocasionado confusiones entre los conceptos de estrés y estresores, encontrando investigaciones donde se nombran estresores como nuevos “tipos” de estrés, entre ellos: Estrés por calor, Estrés por rol, estrés romántico, estrés menstrual, estrés por el rol sexual, estrés interpersonal, estrés del primer grado, estrés por discrepancia, estrés psicoexistencial, estrés por rol masculino, estrés de pares, estrés relacionado a la fatiga, entre muchos otros. La mayoría de estos nuevos tipos de estrés no están definidos y si lo están, es de manera pobre sin vínculo con algún modelo de estrés.

Otros “tipos” de estrés están definidos, pero presentan otro tipo de problemas como es el caso del “estrés de las minorías” este es un modelo de estrés que se aplica a poblaciones en condiciones de vulnerabilidad, usualmente encontrado en investigaciones con población LGBTQ, y está definido como: El estrés que los individuos de grupos minoritarios experimentan como resultado de eventos negativos, incluyendo estigmatización y discriminación (Meyer, 1995). Sin embargo, no se encuentra un consenso sobre exactamente qué población es una minoría, ya que, a población migrante, la cual también está sujeta a estigmatización y discriminación, se aplican modelos de estrés llamados de “aculturación” y estrés relacionado con la etnia/raza. Y siendo estrictos con la definición de minoría, debería de poder aplicarse a cualquier contexto con grupos minoritarios, por ejemplo, profesiones con mayoría de un género, como es el caso de la enfermería donde la población mayoritaria es femenina, eso convertiría a los enfermeros en minorías.

Otro aspecto es que los estresores marcados en este modelo son relacionados con la orientación sexual, como la homofobia interiorizada, la ocultación de la orientación, el prejuicio, etc. Sin embargo, no presentan un nexo claro con la teoría general del estrés, o la funcionalidad de adaptación o afrontamiento. El estresor principal en este modelo parece ser lo que la persona es, no el ambiente discriminatorio.

En conjunto parece haber una deficiencia en el entendimiento del concepto estrés y de su funcionamiento, a veces confundiéndose con otros conceptos como la ansiedad. Entremezclando modelos y aproximaciones teóricas de distintas épocas, utilizando definiciones e instrumentos desarrollados bajo el modelo transaccional en conjunto con definiciones e instrumentos desarrollados bajo modelos de estímulo-respuesta provenientes del conductismo clásico o aproximaciones psicodinámicas, donde adaptan el concepto de angustia, ya que bajo el psicoanálisis la idea del estrés no existe como tal (Lazarus y Folkman, 1984). El elemento donde más se observa es en el afrontamiento, ya que aún prevalece la noción de los estilos de afrontamiento que proviene de raíces psicodinámicas que se creían superadas. En esta línea se ha observado una vuelta a considerar al estrés como un aspecto interno, solo perteneciente a la persona, lo que ha ocasionado una desconexión con el contexto, se investiga al estrés y especialmente al afrontamiento como si fuera una cualidad interna ajena al contexto específico en el que se desarrolla.

Esta tendencia teórica se ve reflejada en el ámbito de la intervención, donde no se realiza o al menos no se describen procesos de detección de necesidades, lo cual lleva a intervenciones que si bien son metodológicamente impecables tienen un impacto reducido o nulo en la salud mental de las personas porque fueron planeadas ajenas a las necesidades del contexto, intentando intervenir sobre la persona, en lugar de sobre los elementos contextuales que están provocando los altos niveles de estrés observados en estas poblaciones.

En lo correspondiente al 13,3% de sesgo muestral, se encontró un abuso de los llamados muestreos por conveniencia, donde no se tienen criterios claros de inclusión y exclusión, ni se realiza procedimiento muestral alguno, esto ocasiona muestras sobrerrepresentadas de mayoría hombres o mayoría mujeres sin que corresponda con la población a estudio, rangos de edad extremos de 18 a 80 años, en investigaciones en población universitaria. No se suele informar del tamaño total de la población de la que se toma la muestra, por lo que es posible que la misma no sea representativa, por lo que los resultados no serían aplicables más allá de esta, y en general disminuyendo la potencia estadística de los análisis realizados y aumentando la aparición de variables extrañas.

El sesgo en la selección de instrumentos con 20.5%, se encuentra vinculado con el teórico ya que no se encuentran justificaciones basadas en teoría para su uso, así como instrumentos antiguos a los que no se han hecho revalidaciones recientes, instrumentos con cualidades psicométricas subóptimas, en el caso de los estresores confundidos con tipos de estrés, se suelen utilizar instrumentos mono ítem con validez superficial, subescalas extraídas de instrumentos vinculados tangencialmente con lo que se pretende medir, baterías genéricas de medición de salud. Así como instrumentos no validados para la población en la que fueron aplicados.

En el aspecto positivo se encontró que la Escala de Estrés Percibido de Cohen, Kamarck & Mermelstein (1983) se ha establecido como la prueba estándar para medir estrés general, y ha demostrado grandes índices de estabilidad y validez al estar validada en más de 26 países, con coeficientes Alpha de Cronbach y Omega de McDonald de entre .80 y .90, siendo resistente al sesgo cultural (Kôgar & Kôgar, 2022). Otra medición encontrada como confiable es la GHQ (Global Health Questionnaire), que incluye mediciones de estrés, ansiedad y depresión, siendo su principal virtud su brevedad, sin embargo, es recomendable utilizar instrumentos específicos para una medición más en profundidad, siendo la principal utilidad de esta última prueba un primer instrumento de exploración en un proceso de detección de necesidades.

En contraposición encontramos el COPE y Brief COPE de Carver (1989), desarrollados bajo la perspectiva del afrontamiento como rasgo, se suelen utilizar como mediciones de afrontamiento, y dejando de lado los problemas de conceptualización e inestabilidad psicométrica, se ha encontrado que en la mayoría de las aplicaciones se ha utilizado incorrectamente, ya que fue originalmente diseñada como un instrumento exploratorio y no de diagnóstico o categorización, es decir no fue pensado para asignar un estilo de afrontamiento o para ofrecer una medida de eficacia del afrontamiento o para ser correlacionada con una puntuación de estrés, sino solo como el primer paso para la evaluación del afrontamiento, además Cramer y colaboradores (2020) al analizar su estructura factorial, encontraron que la prueba mide cosas diferentes en función de cómo se den las instrucciones, siendo uno de las fuentes de la inestabilidad en sus cualidades psicométricas, esto puede ser producto a que es una práctica

usual utilizar formatos de aplicación extraídos de internet, de anexos de tesis y artículos en lugar de los manuales de aplicación de la prueba.

Smith, Wethington y Zhan (1996) describen el procedimiento adecuado de la aplicación de esta prueba, la cual se aplica tres veces, la primera con instrucciones orientadas a preguntar a las personas que en general cuantas veces utilizan las estrategias de afrontamiento listadas, la segunda en conjunto con un inventario de eventos vitales, a partir del cual se da la instrucción de que escojan el que encontraron más estresante y señalaran las estrategias de afrontamiento más utilizadas. Y finalmente con un inventario de situaciones específicas al contexto evaluado, de las cuales tenían que escoger las más estresantes y señalar las estrategias más utilizadas. Además, se ha señalado que este es un instrumento muy sensible al sesgo cultural, y sus resultados no son generalizables.

El bajo porcentaje de 2.9% en el sesgo de análisis se explica porque la mayoría de los procedimientos en investigación cuantitativa están ya estandarizados y tienen criterios claros de aplicación, lo mismo sucede en la publicación, la estandarización de procesos editoriales limita la aparición de este sesgo.

El porcentaje de 8% de sesgo de interpretación requiere matizarse, ya que la mayoría de las interpretaciones solo son correctas en el contexto específico del artículo, es decir, correctas según la información disponible, pero cuando hay otros sesgos, la interpretación se basa en paradigmas teóricos incompletos o erróneos, muestras sesgadas, instrumentos desactualizados o con cualidades psicométricas subóptimas, es una interpretación correcta de información cuestionable. En otros casos, la ausencia de este sesgo no se debe al buen hacer del artículo, sino a la ausencia de cualquier interpretación, es decir, se informan los resultados, pero no se interpretan. Por lo que no se puede evaluar como sesgado algo que está ausente. Se reportan los valores matemáticos, pero no se interpretan o discuten.

Respecto al género, se encontró que no se tiene claridad sobre el concepto, confundiéndolo constantemente con el sexo y usando ambos términos de manera intercambiable, la ceguera de género fue el tipo de sesgo más frecuente, no tomando en cuenta de alguna manera la variable para la investigación, siendo

común que esta formara parte de los formatos de aplicación como dato sociodemográfico, pero no se utilizara como variable de análisis. En el mejor de los casos se utilizaba en los análisis de regresión y mediación como parte de otras variables de atributo, se reportaba a nivel estadístico, pero no se hacía ninguna interpretación de ese resultado, sino que solo formaba parte del porcentaje total de la varianza explicada, a pesar de que el análisis mostrara su relevancia. Aun cuando se toma en cuenta se queda a nivel de comparación entre géneros, indicando quien tiene más o quien tiene menos puntuación, pero no se suele interpretar el significado individual de esa puntuación, ni cuales serían las implicaciones y consecuencias que pueda tener en ese contexto en particular.

Se encontró el patrón de que la forma más común desde la que se le considera es cuando las investigaciones van sobre la diferencia o cuando el problema solo afecta a un género en particular, siendo en las mujeres cuando son madres, esposas, víctimas o padecen de cáncer de mamá. En el caso de los hombres cuando son prisioneros, militares, agresores o sufren de disfunción eréctil. Esta relación con solo temas particulares puede originarse en los roles de género, ya que están relacionados en el caso de las mujeres con el papel tradicional que se les asigna socialmente y con elementos que puedan comprometer este ideal femenino. En el caso de los hombres se relacionaría con elementos de masculinidad tóxica que generarían estos problemas. En el caso de las enfermedades mencionadas es posible que el énfasis de la investigación al respecto sea, además de tener que ver con la prevalencia del problema, es porque estas dos enfermedades en particular amenazan de forma directa las construcciones de género asociadas con la feminidad y masculinidad. Así como se resaltan los aspectos positivos o protectores sobre el estrés, al cumplir con los roles normativos, esto relacionado con la maternidad y el matrimonio. En contraposición la investigación del estrés en poblaciones no normativas se centra en los aspectos negativos, como es el caso de en la población LGBTQ, donde se investigan los efectos del estrés ocasionados por la orientación sexual o identidad de género.

En el caso de la asunción incorrecta de igualdad o equidad con un 26.4% se observó que va de la mano de la ceguera de género con 34.7%, ya que, al no

considerarlo, se asume igualdad, por lo que incluso al tener la información no se evalúa si existe una diferencia, lo cual puede ser una dimensión de análisis mayor que solo evaluar a la muestra en su totalidad, esto también influye en la selección de la muestra y los participantes, si se asume como iguales, entonces no se considera relevante hacer procedimientos muestrales que garanticen muestras comparables, o hacer análisis extra para extraer submuestras comparables. Lo cual marca un contraste, ya que por un lado se insiste en establecer las diferencias entre los géneros, pero también se insiste en no analizarlas debidamente.

Finalmente, en el caso del androcentrismo, es cada vez menos prevalente o evidente con un 17.6%, sin embargo, sigue teniendo efectos, algo que se detectó es que cuando las investigaciones controlan la variable "género", en realidad parecen estar controlando la presencia de mujeres en la muestra. La interpretación general de los resultados se sigue haciendo desde el universal masculino, y solo se especifican detalles encontrados en la muestra femenina, algo en línea con la teoría del género, donde lo femenino está definido como "lo otro", lo que no es masculino.

Una vez descritos los elementos y patrones encontrados durante el análisis de sesgo es posible establecer la presencia de los sesgos, el sesgo existe y el efecto que vaya a tener en los resultados de las investigaciones va a ser dependiente de cada investigación, en algunas el efecto será mínimo y en otras la harán inservible. Pero la existencia de esos sesgos particulares a nivel general requiere análisis. Cada uno va a tener una explicación posible distinta. Se comenzará con los más sencillos se explicar.

Posibles explicaciones a los sesgos encontrados.

Sesgo muestral y sus posibles explicaciones.

El sesgo en la selección en la muestra representó el 13.2% del sesgo encontrado, siendo la razón más habitual, la ausencia de procedimientos muestrales probabilísticos, tendiendo al uso del llamado "Muestreo por conveniencia", donde solo se selecciona una población en concreto, pero donde más allá de la pertenencia a esta, los criterios de inclusión y exclusión son laxos o inexistentes, además de no establecer un procedimiento para garantizar la

normalidad de la muestra, sino que se confía que por números y azar esta se llegue a cumplir. En esta clase de muestreo controles asociados a otras variables sociodemográficas, como es el caso del género, no son considerados importantes, el único criterio relevante es tener la mayor cantidad posible de muestra de la población elegida, intentando aportar validez mediante la fuerza de los números.

Los motivos detrás de esto pueden ser varios, pero lo observado durante el análisis y la experiencia de investigación y docente llevan a considerar que una de las principales razones es un conocimiento superficial del apartado estadístico, que lleva a una competencia únicamente procedimental, es decir, los profesionales que llevaron a cabo las investigaciones saben hacer el procedimiento estadístico o poseen el conocimiento suficiente para seguir un tutorial, para cumplir con sus objetivos de investigación, pero no el suficiente para comprender las interrelaciones entre psicología y estadística, lo cual les lleva a tomar decisiones que comprometen la validez de los resultados, quedando atascados en la idea de “Entre más mejor”. Y esta idea tiene varias repercusiones asociadas con la validez.

El siguiente aspecto es la falta de preparación y recopilación de información para un trabajo de campo cuantitativo. La primera deficiencia es desconocer la composición de la población bajo estudio y su contexto específico. Se sabe que se quiere trabajar con “Universitarios” o “Profesionales de la salud”, y que se quieren tener la mayor cantidad posible, pero se deja de lado información tan simple como el número total de personas que la componen, o el porcentaje por género. Siendo lo sociodemográfico la última preocupación de la investigación, se asume que si un número de personas comparten espacio físico o tienen alguna profesión en particular son iguales, ignorando al contexto como fuente de variabilidad o reduciendo a la población al atributo de interés sin tomar en consideración que van a existir muchos otros que van a modificar la experiencia del fenómeno, esto es evidencia de la falta de comprensión de las interrelaciones entre lo psicológico y lo estadístico.

Otro aspecto fundamental en el aspecto muestral es el tiempo, las investigaciones cada vez operan en marcos temporales más escasos, lo observado al analizar las investigaciones a lo largo de las décadas es que cada

vez se tiene menos tiempo para realizarlas, mientras que en las décadas de 1980-1990 nos encontrábamos con que los resultados reportados eran producto de lustros o hasta décadas de trabajo constante, con el paso del tiempo se han ido reduciendo a periodos de 3 o 2 años o en los más recientes a un año o meses. Esto dificulta mucho el uso de procedimientos muestrales adecuados, simplemente no hay tiempo suficiente, si en el requisito de obtener una muestra de 600+ personas, la decisión está entre que usando un método probabilístico voy a tardar 6 meses y en un no probabilístico voy a tardar 2 semanas. Se va a tender al que menos tiempo y esfuerzo requiera, aunque la información sea de peor calidad.

Por tanto, el posible “Por qué” del sesgo en la selección de la muestra es una deficiencia en el conocimiento estadístico agravada por ciclos de investigación cada vez más cortos.

Sesgo en la selección de instrumentos y sus posibles razones.

Como se mencionó anteriormente, se encontró que este sesgo se encuentra compuesto por instrumentos muy antiguos, no validados para la población, subóptimos, sin validar o pedazos de instrumentos que miden otra cosa en total, pero tienen alguna subescala que se relaciona.

El posible porqué pasa por dos motivos principales, el primero, como en el apartado anterior, es el conocimiento superficial de la psicometría, y más específicamente las interrelaciones entre psicometría, teoría y epistemología, esto lleva de nuevo a que se tiene un entendimiento procedimental del proceso de medir, se sabe llevar a cabo el procedimiento, pero no se entiende el procedimiento, y esto lleva a tomar decisiones de investigación en base a simplificaciones.

Esto se puede observar a que la selección de instrumentos suele ser solo en base a sus puntuaciones de consistencia interna Alpha de Cronbach (en su mayoría) y más recientemente también Omega de McDonald, que en las validaciones psicométricas son el elemento que suele resaltarse más, por ser el más sencillo de entender y de situar en un resumen. Sin embargo, la confiabilidad por sí misma no es garantía de la validez de un instrumento, es decir podemos tener un instrumento con una consistencia interna muy fuerte,

pero que no sea válido bajo ninguna teoría, ya que la confiabilidad solo se refiere a la consistencia de las respuestas de los participantes entre sí, pero no evalúa la medida en que el instrumento mide realmente lo que se pretende medir.

Por lo que sí es el único criterio de selección tenemos un problema, ya que no se observa una justificación teórica para la selección de los instrumentos de medida, se informa cuales se van a utilizar y sus índices de consistencia interna, pero no cuál es el sentido teórico específico que fundamenta su uso.

Esto lo podemos observar en especial con instrumentos antiguos, puede que un instrumento tenga índices de consistencia interna elevados y a la luz de la teoría de cuando fue elaborado es válido, pero sea inadecuado para el contexto sociocultural presente. En este caso no es que el instrumento estuviera mal, simplemente fue elaborado para un contexto que ya no existe. Otro aspecto es que los instrumentos psicométricos son creados en base a teorías concretas que presuponen un funcionamiento específico de los constructos, y si no se tiene en cuenta, en especial cuando se está seleccionando una batería de instrumentos, se puede terminar en una situación donde la investigación opera bajo una teoría completamente diferente a la de los instrumentos que utiliza, dando lugar a interpretaciones sin sentido.

Es por ello por lo que, para la selección de instrumentos en investigación, se debe tener un marco de referencia teórico y epistémico bien establecido, que permita tomar las mejores decisiones, y no solo en base a uno de los muchos elementos a tomar en cuenta.

Otro elemento relacionado con el conocimiento psicométrico, es a nivel de procesos, ya que se encontró que, en conjunto con lo anterior, existen malas prácticas psicométricas, la más frecuente es el uso de instrumentos no validados para la población objetivo, si no se tiene un marco de conocimiento en psicometría, se asume que el instrumento va a medir lo que tiene que medir sin importar nada, sin tomar en cuenta elementos como el sesgo cultural o simples elementos lingüísticos que pueden alterar la validez y confiabilidad de un instrumento. O como en el caso, ya comentado del COPE, la aplicación de instrumentos a ciegas, sin el manual de aplicación adecuado y simplemente asumiendo su funcionamiento. En relación con instrumentos antiguos, nos

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

vamos a encontrar que su procedimiento de validación original ya no obedece a los requisitos considerados como mínimos bajo la psicometría actual, esto se puede observar principalmente en el uso del método de reducción de dimensiones “Componentes principales” como método de extracción de factores, una práctica errónea ya que este análisis no modela estructuras latentes, sino que solo reestructura los datos para hacerlos más fácilmente interpretables (UCLA: Statistical Consulting Group, 2024). Esta práctica se puede observar en la gran mayoría de instrumentos antiguos (décadas de 1980-1990), ya que estaba marcado como la opción por default en los softwares de análisis estadístico más populares como SPSS o STATA y se consideraba más sencillo de realizar ante la falta de potencia computacional de ese entonces.

Muchos instrumentos de ese entonces se han revalidado y se ha observado que, si fueron elaborados con una base teórica fuerte, se mantienen válidos y confiables, aunque en versiones más cortas o con una matriz de estructura diferente a la original. Una buena práctica psicométrica es en conjunto con una selección de instrumentos basada en teoría, es realizar un análisis factorial exploratorio de los instrumentos propuestos para verificar su validez y confiabilidad ante criterios modernos, sin embargo, esto rara vez se hace, lo cual nos lleva a la siguiente razón.

Parsimonia, de nuevo los marcos temporales en los que se llevan a cabo las investigaciones son cada vez más reducidos, y esto tiene una influencia en la selección de instrumentos, es mucho más sencillo utilizar instrumentos ya creados y validados, aunque haya el reconocimiento teórico y epistémico de que la opción ideal sería crear uno específico para la investigación, al ser el proceso de validación psicométrica largo y laborioso, es una ruta que se suele evitar. Dentro de esta falta de tiempo y búsqueda de sencillez, se encuentra el seleccionar instrumentos cortos, aunque sean cuestionables en términos de psicometría o teóricos. Si el instrumento “óptimo” y recomendado por la teoría son 160 preguntas, y el instrumento “suficiente” aunque cuestionable son 30 preguntas, por parsimonia se utilizará el segundo. Lo mismo a nivel de análisis ya que no se suele invertir tiempo en la confirmación de la validez y confiabilidad de los instrumentos elegidos, ya que se suele considerar fuera del alcance de la investigación, por lo que se asumen como buenos aplicándose tal cual.

En el caso concreto de la investigación sobre el estrés, el problema no es la medición de este, ya sea a nivel biológico o a nivel psicológico se tienen medidas óptimas. Sin embargo, el apartado que es deficiente es el del afrontamiento, el cuál es problemático a nivel teórico y psicométrico. Es un constructo que por su naturaleza dinámica es complicado de medir de forma parsimoniosa, requiere el desarrollo de instrumentos con base a la actualidad de la psicometría, apuntando a una solución lo más sencilla posible y apegada al modelo transaccional del estrés.

Por tanto, el posible “Por qué” del sesgo en la selección de los instrumentos es una deficiencia en el conocimiento psicométrico agravada por ciclos de investigación cada vez más cortos.

Sesgos en análisis, presentación e interpretación de resultados

En el caso particular del análisis y la presentación de resultados, nos encontramos con un bajo porcentaje de aparición con 2.9 y 3.3% respectivamente. Como se mencionó anteriormente esto se debe a que los análisis estadísticos conllevan una serie de requisitos asociados al tamaño de la muestra y a su normalidad, lo cual limita la aparición de sesgo, ya que usualmente estos requisitos se siguen de forma formulaica, sin embargo, esto también conlleva a que se siguen sin un proceso de reflexión asociado, lo que nos devuelve a la idea presentada anteriormente de un conocimiento únicamente procedimental de la estadística. Por ello estos dos tipos de sesgo van a derivar de sesgos en la selección de la muestra y los instrumentos, ya que estos determinan la información disponible para analizar, reportar e interpretar.

Sin embargo la dirección de estos sesgos no siempre va ser la misma ya que otro aspecto asociado al seguimiento de fórmulas o recetas de forma irreflexiva conlleva a intentar que las investigaciones siempre se sitúen en un nivel paramétrico, que, si bien es lo ideal en términos de potencia estadística y cantidad de información aportada, pueden no ser lo ideal para lo que puede ofrecer el contexto donde se aplica la investigación, ya que en ocasiones es más útil tener una muestra pequeña pero que represente mejor la diversidad de la población bajo estudio, a una muestra masiva sobrerrepresentada que nos proveerá de una visión sesgada del fenómeno. Es decir, en ocasiones en lugar

de realizarse procedimientos muestrales en base a fundamentos teóricos y datos precisos sobre la población, se eligen en base a los análisis que se desean realizar, es decir el análisis y sus requisitos tienen primacía sobre los elementos teóricos o procedimientos muestrales. Esto se puede ejemplificar en la popularización de ciertos análisis en la comunidad académica, como es el caso de los modelos de ecuaciones estructurales que si bien son muy útiles para analizar relaciones entre variables y descubrir constructos latentes, no son aplicables para todas las situaciones, sin embargo su popularidad ha ocasionado la situación de que se busque deliberadamente una población adecuada a la cuál aplicar el análisis, sin importar si es relevante o apropiado, incurriendo en un sesgo (Davcik, 2014; Piña, 2016).

Ahora en la interpretación de los resultados se obtuvo un 8%, y anteriormente matizábamos que se debía a la interpretación correcta de información errónea o a la ausencia de interpretación. Aun así, un 8% es considerable, en este tipo de sesgo nos vamos a encontrar de nuevo con las razones antes mencionadas, conocimientos superficiales y procedimentales tanto de estadística como de psicometría aderezados con deficiencias teóricas.

Uno de los análisis más comunes en las investigaciones analizadas y en investigación en psicología en general es el de correlación, se busca la relación entre variables, en este caso entre el estrés y una gran variedad de opciones, y es así mismo el análisis donde más se cometen sesgos de interpretación ¿por qué? Por asumir que correlación implica causalidad, cuando en realidad no es así (Ksir & Hart, 2016; Willet, 2023). Esto lo podemos observar cuando se intenta interpretar los resultados de las pruebas de afrontamiento en correlación con las pruebas de estrés, donde se intenta “culpar” al afrontamiento de los niveles de estrés observados, cuando si bien existe una relación, el afrontamiento no es el causante del estrés, sino que el estrés surge en respuesta a los estresores, y el afrontamiento es una variable muy compleja y dinámica que va a tener muchos elementos asociados como para poder atribuir causalidad. Esto de inicio, el otro falló encontrado es la exageración de los coeficientes de correlación, donde se va a interpretar como algo súper significativo la mera existencia de correlación, cuando en realidad coeficientes bajos no tienen ninguna implicación práctica en

la realidad. Es decir, el dato numérico existe, pero eso no significa que tenga un efecto real.

Hablando de efecto, esto nos lleva a las pruebas de diferencia, donde parte del sesgo de interpretación, surge de un sesgo de análisis, con la ausencia de análisis de tamaño del efecto en comparaciones. Usualmente para medir diferencias entre grupos o mediciones se realizan pruebas como la T de Student o la ANOVA. Estas pruebas por defecto lo único que informan es si existe o no una diferencia, pero por si solas no informan del tamaño de esa diferencia o si esta es relevante, para ello es necesario realizar pruebas adicionales conocidas como de tamaño del efecto, como son la D de Cohen y la Eta Cuadrada, que si nos informan con precisión la magnitud de la diferencia observada. El primer aspecto de este sesgo es la ausencia de estas pruebas y reportar como algo muy significativo la sola existencia de una diferencia, cuando no se sabe si esta diferencia es en realidad relevante, que haya una diferencia no significa que esta tenga un efecto en la realidad, por poner un ejemplo entre 30 grados y 30.5 grados, existe una diferencia, pero es una diferencia tan pequeña que es imperceptible. El otro aspecto es cuando si se hacen las pruebas, pero se interpretan como muy significativas diferencias que en realidad son mínimas. Algo que variará dependiendo de la variable medida y del contexto donde se midió.

De nuevo estos sesgos en la interpretación de resultados van a estar asociados a un problema de conocimiento que impide interpretaciones precisas de los datos. Pero van a entrar en juego otros aspectos más abstractos o personales. El primero de ellos va a ser el deseo o necesidad del investigador o investigadora de obtener resultados positivos, la necesidad de tener razón, esto lleva a en ocasiones agarrarse a un clavo ardiendo e interpretar como positivas y significativas cosas que en realidad no tienen un significado real e importante en el fenómeno estudiado. Esto en respuesta a exigencias personales, laborales y académicas, no importa que un resultado negativo, también sea académicamente válido, la exigencia de aportar resultados positivos, de confirmar la hipótesis, puede inducir al sesgo en la interpretación de los resultados.

Otro aspecto son los elementos sociales que forman parte del investigador, algunos de ellos y el que más nos compete al estudiar el sesgo de género, son el androcentrismo y la ceguera de género, en una sociedad heteropatriarcal donde las estructuras sociales y políticas están permeadas por la idea de la superioridad masculina, siendo esta la referencia o el prototipo poblacional (Bailey, LaFrance & Dovidio, 2019), vamos a encontrar con de forma inintencionada los resultados de las investigaciones van a ser interpretadas desde un punto de vista sesgado por defecto, el salir de esta dinámica requiere de un proceso de deconstrucción personal que haga a los y las investigadores tomen en cuenta el género como variable relevante en sus investigaciones, no solo como una variable de separación o de comparación, sino como una que se tiene que tomar en cuenta desde el principio de la planeación y fundamentación de la investigación, sin embargo al encontrar un 78,7% de sesgos de género nos encontramos con un panorama donde la mayoría de las investigaciones van a tener algún problema en la validez de sus resultados si se les evalúa desde una perspectiva de género. No invalida por completo sus resultados, pero estos no reflejan de forma precisa el fenómeno en su totalidad, quedándose en un plano general que reducirá la utilidad de la información en ámbitos clínicos, laborales y en la creación de políticas públicas (Butler, Tavits & Hadzic, 2022; Lundine, Bourgeault, Clark, Heidari & Balabanova, 2019)

Sesgos en la teoría y sus posibles porqués

Esta es la parte complicada, lo anterior eran elementos metodológicos que es posible explicar con motivos simples, sin embargo, en la parte teórica nos encontramos con múltiples explicaciones posibles al 28, 2% de sesgo teórico encontrado y que en parte es responsable de sesgos en la elección de instrumentos y en la interpretación de los resultados. Al inicio se mencionaba que el estrés como constructo se había simplificado, en el modelo transaccional del estrés nos encontramos con una explicación bastante completa del fenómeno del estrés psicológico y de su afrontamiento, si agregamos el modelo de funcionamiento del estrés fisiológico y agregamos los aspectos socioculturales que atraviesan ambos modelos, nos encontramos con la explicación completa del fenómeno estrés, lo cual nos da una imagen completa pero muy compleja que requiere varios niveles de conocimiento para poder

abordar todos sus aspectos, por lo que naturalmente y en la búsqueda de parsimonia, se ha simplificado a sus componentes principales para una utilización más inmediata en investigación, en especial cuando el estrés no es la variable principal sino que se busca saber su efecto sobre otra variable o un grupo de variables, sin embargo esto nos lleva al riesgo de la sobre simplificación o a la mutilación del modelo, utilizando, en el afán de tener razón, solo las partes más convenientes y rechazando aquellas que puedan contradecir nuestra hipótesis.

Otro elemento puramente teórico o académico son dos características o tendencias presentes en la psicología como ciencia, la primera de ellas es tener múltiples explicaciones para el mismo fenómeno, ya que vamos a tener una perspectiva cognitivo-conductual del estrés, una perspectiva humanista, una perspectiva social, una sistémica, etc., algunas de ellas van a estar más o menos en consonancia, mismo concepto base pero diferente aproximación, pero en otros casos vamos encontrarnos con posturas incompatibles, en si esto no es exactamente un problema siempre y cuando haya coherencia teórica y epistemológica, es decir centrarse únicamente en una sola aproximación y no mezclar elementos de otras. El problema surge cuando se desconoce de base que corresponde a cada aproximación, cuál es la postura epistémica de cada una y por qué no es adecuado mezclarlas.

Sin embargo, como se ha venido discutiendo desde el marco teórico, específicamente en el afrontamiento, vamos a encontrarnos con la segunda tendencia, que es la incapacidad de la psicología de dejar ir teorías, en este caso estamos hablando de la teoría del afrontamiento como rasgo, la cual tiene raíces psicodinámicas y considera el afrontamiento del estrés como un rasgo inamovible, esta teoría fue superada por el modelo transaccional del estrés con la teoría del afrontamiento como proceso dinámico, son dos ideas incompatibles ya que esta lo considera como un elemento en constante cambio. Y Esto tiene implicaciones en la medición, interpretación de resultados y tratamiento.

Pero ¿Por qué todo esto? La simplificación se puede entender, es más fácil y si no se necesita tanta complejidad, es más un lastre que una ayuda, pero ¿porque el solo usar ciertos elementos? O ¿Por qué mantener una teoría que acumula

evidencias en contra en lugar de a favor? Creo que la posible explicación es de tipo social-practico.

Practico en el sentido de la psicología aplicada, en este caso nos vamos a encontrar con una disonancia entre lo expresado en la teoría y lo que es posible llevar a la práctica clínica, para empezar el modelo transaccional del estrés si bien considera elementos personales, se centra principalmente en lo ambiental o contextual, el estrés surge de la interpretación de un contexto como estresante, por lo que si bien, va a haber casos donde esto vaya a ser un fenómeno interno, como por ejemplo una persona con un trastorno de ansiedad va a interpretar el entorno como más amenazador y por ende va a presentar mayor estrés, en general nos vamos a encontrar que el contexto es el problema y las opciones terapéuticas en ese caso son limitadas, ya que las más de las veces la persona se estresa precisamente por no poder hacer nada para lidiar con ese entorno, por lo que al no poder cambiar el entorno, solo podemos intentar ayudar a la persona a ser más fuerte y/o sobrellevarlo mejor, pero esa vía de acción va a tener un límite, es decir una solución incompleta. Y en este sentido terapéutico la complejidad de este modelo juega en su contra, ya que, en el caso del afrontamiento, considerarlo como un elemento dinámico dependiente del contexto y de los recursos personales, dificulta mucho una aproximación clínica.

Desde esta perspectiva el afrontamiento es complicado de diagnosticar, si cambia todo el tiempo ¿Cómo se si está funcionando correctamente? Y ¿Cómo intervengo?, aquí es donde encontramos el posible porque del mantenimiento de la idea del rasgo, ya que al ser considerada como algo permanente y propio de la persona, es sencillo de diagnosticar y de elaborar programas de intervención y tratamiento. Sin embargo, esta es otra solución incompleta, porque si el problema está en un contexto adverso, por ejemplo, exceso de trabajo, por más que se intervenga en el individuo no se va a solucionar el verdadero problema, en el mejor de los casos se atenuaran los efectos del estrés, en el peor se añadirán efectos adversos ante la frustración de ser incapaz de afrontar como “se debería”.

Esto nos lleva a los elementos sociales, el modelo transaccional del estrés funciona en conjunto con el modelo del apoyo social (Cohen & Wills, 1985; Suwinyattichaiorn & Johnson, 2022), toma al contexto no solo como una fuente

de estrés sino también como una fuente de recursos de afrontamiento, el contexto complementa los recursos personales de la persona y le ayuda en el proceso de afrontamiento. Es decir, opera desde una perspectiva social-comunitaria, sin embargo, esto es cada vez más complicado de aplicar en una sociedad que ha derivado hacia el individualismo, donde los únicos recursos posibles son los individuales porque el entorno está cada vez está más segmentado y agotado, y se favorecen perspectivas individualistas porque admitir que el contexto es un problema va en contra de lo establecido. Es más fácil adjudicar el problema al individuo, diciendo que el problema es que no sabe afrontar adecuadamente o que no es lo suficientemente fuerte a intentar abordar problemas estructurales como el exceso de trabajo, las altísimas demandas de productividad, machismo y discriminación.

Lo mismo con el género y sus distintos sesgos asociados, se trata de un problema estructural, donde la sociedad misma y la forma en la que funciona crea el problema, el androcentrismo, la ceguera de género, la asunción incorrecta de igualdad provienen del hecho de estar inmersos en una sociedad heteropatriarcal que favorece a un género específico frente a los demás, y mientras no se tome en cuenta este hecho en la investigación en psicología, no solo del estrés, sino de cualquier otra variable solo se estará perpetuando el problema y alimentando condiciones de vida fundamentalmente injustas donde la labor terapéutica es sólo un parche cómplice de estos problemas, intentando hacer a la persona más “resiliente” antes que intentar promover un cambio en las condiciones.

Sobre el Jueceo

Se tuvo la participación de 4 jueces, tres de ellos con formación en psicología, grado de maestría, de los cuales dos tienen formación adicional en estudios de género. El juez restante tiene formación en psicología nivel licenciatura. Como se puede observar en el análisis, el ajuste Inter jueces es moderado a nivel general y en cuestiones de género, pero un ajuste bajo en el caso de lo metodológico.

En conjunto con la evaluación cuantitativa, se pidió una breve justificación del dictamen, en el cual se observa que a nivel metodológico a través de los cuatro

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

jueces se encontró un acuerdo en los sesgos correspondientes a cuestiones muestrales, de instrumentos, de interpretación y publicación. En donde no se llegó a un acuerdo fue en la cuestión teórica y de análisis de resultados. En el caso de la cuestión teórica la discrepancia proviene del juez con nivel de licenciatura, juez que se decidió incluir para tener datos de un usuario no especializado, en su dictamen se encontró que, en conjunto con sus conocimientos y las definiciones de sesgo proporcionadas, identifico los sesgos existentes en el paquete de datos bajo juicio, sin embargo, en el apartado teórico, no encontró la teoría como sesgada, sino como insuficiente. Mientras que los jueces con un grado de estudios más avanzado encontraron el apartado teórico como sesgado.

Esto tiene aspectos positivos y negativos. Por una parte, es un aspecto negativo, ya que el aumento de información sesgada hace muy difícil a estudiantes o profesionales no especializados acceder a información correcta sobre lo que se esté investigando, esto no se limita a la variable estrés, que fue la seleccionada para el análisis de sesgo, sino que se aplica a cualquier otra variable de investigación en psicología, ya que el principal motivo de consulta de artículos científicos es la información teórica, recopilar información y referencias para comprender un fenómeno en particular, frecuentemente ignorando los apartados metodológicos y estadísticos, porque de inicio lo que se busca es la definición básica, y no como se comporta bajo x condiciones en una muestra x .

Esto puede inducir a juicios erróneos o dar una imagen simplista de los fenómenos psicológicos, y supone un problema de manejo de información, ya que como se encontró durante la revisión sistemática, se llegó a descartar 1000 artículos por cada 1 considerado como relevante. Y refleja un panorama preocupante de a cuanta información relevante tiene acceso el usuario promedio y cuanta tiene que filtrar para poder llegar ella.

Por otra parte, el aspecto positivo, es que conforme se va obteniendo una base de conocimiento sólida, la capacidad de discriminación del usuario aumenta, detectando que información es realmente útil y cuál no.

En parte el efecto de esto se ve mitigado por el sistema de citación y el funcionamiento de las bases de datos y el sistema editorial. Los buscadores de

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

las bases de datos por default reportan primero los artículos más relevantes, esto en general se decide por citaciones, es decir los artículos más citados del tema aparecen primero independientemente de su año de publicación, después de esos, aparecen los más recientes, el sistema editorial favorece la información más reciente, por lo que muchos artículos con sesgo caen en el olvido, ya que no son citados porque son descartados por expertos en el tema, y al envejecer quedan enterrados en las bases de datos.

Sin embargo, esto también supone un problema para artículos no sesgados y con información útil, especialmente pertenecientes a universidades y centros de investigación en el tercer mundo, ya que el sistema descrito favorece a fuentes y revistas con una reputación ya establecida, que son citadas más frecuentemente porque aparecen primero en el motor de búsqueda.

La siguiente discrepancia, es en el análisis de los resultados, esta vez por parte de uno de los jueces con nivel maestría, ya que, si bien el análisis se hizo con información incorrecta y se le interpreto de forma incorrecta, el análisis en si estaba hecho correctamente y era aplicable para la situación, aquí es una cuestión de perspectivas sobre análisis estadístico, por una parte uno de los jueces tiene una perspectiva estricta sobre la estadística donde se tienen que cumplir con todos los requisitos al pie de la letra, para realizar un análisis, mientras que el otro tiene una perspectiva donde con cumplir los requisitos mínimos es más que suficiente para proseguir con el análisis.

La importancia de este tipo de sesgo va a ser determinada por lo que el usuario requiere del artículo en cuestión, puede que solo necesite la teoría, metodología e instrumentos y estos sean correctos, por lo que el apartado de análisis estadístico y su calidad no le sean importantes.

Propuestas y sugerencias

- Los sesgos metodológicos y Psicométricos pueden resolverse con un mayor énfasis en la formación de este ámbito, gran parte de los programas universitarios de psicología están orientados hacia la

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

formación clínica, siendo la investigación un elemento secundario en los programas de estudio, si es que se incluye en ellos.

- Los sesgos de género en investigación se tienen que abordar desde los niveles más básicos de la formación, promoviendo la perspectiva de género, para evitar confusiones entre sexo y género, así como para tomar en cuenta los efectos del género en los fenómenos psicológicos y sociales.
- Elaboración de un instrumento psicométrico para la medición del afrontamiento desde el modelo transaccional del estrés, tomando en cuenta la actualidad de la psicometría y tecnológica. Es posible retomar la idea original de Reicherts & Perrez (1992), de una medición en tiempo real del afrontamiento a través de medios tecnológicos y de Delongis y colaboradores (1982; 1985; 1988) de utilizar mediciones mixtas con componentes tanto cuantitativos como cualitativos.

Limitaciones

- La masiva cantidad de información hace complicado llegar a un análisis lo suficientemente profundo con el tiempo y los recursos disponibles.
- Idealmente el proceso de jueceo debió de ser paralelo al análisis principal, y con la muestra total analizada. Sin embargo, por limitaciones de personal, se tuvo que optar por una pequeña muestra aleatoria de la muestra analizada, al final del análisis.

Referencias

- Abdul Rahman, H., Bani Issa, W. & Naing, L. (2021). Psychometric properties of brief-COPE inventory among nurses. *BMC Nurs.* 20 (73). <https://doi.org/10.1186/s12912-021-00592-5>
- Abuful, A., Gidron, Y. and Henkin, Y. (2005), Physicians' attitudes toward preventive therapy for coronary artery disease: Is there a gender bias?. *Clin Cardiol*, 28: 389-393. <https://doi-org.dibpxy.uaa.mx/10.1002/clc.4960280809>
- Agostini, G. (2018). Trastorno Disfórico Premenstrual (TDPM). *Psiquiatría y Salud Mental*, 35(3), 238–243.
- Amado, J.A. & Flórez, J. (2014). Hormonas sexuales: estrógenos, gestágenos, andrógenos y anticonceptivos hormonales. En Flórez, J. (ed.) *Farmacología humana*. Elsevier: 803-23.
- Anbumalar C, Dorathy Agines P, Jaswanti V.P, Priya D, & Reniangelin D. (2017). Gender Differences in Perceived Stress levels and Coping Strategies among College Students. *International Journal of Indian Psychology*, 4(4). <https://doi.org/10.25215/0404.103>
- Ángel, M., & Azcárraga, S. (2017). Validación del cuestionario de afrontamiento al estrés oncológico en pacientes con cáncer en Panamá. *Revista Científica de La Universidad Especializada de Las Américas*, 9(2), 62–72.
- Arrindell, W. A., Well, S. van, Kolk, A. M., Barelds, D. P., Oei, T. P., & Lau, P. Y. (s. f.). Higher Levels of Masculine Gender Role Stress in Masculine than in Feminine Nations: A Thirteen-Nations Study. *Cross-Cultural Research*, 47(1), 51-67. <https://doi.org/10.1177/1069397112470366>
- Ashcraft, K. A., Hunzeker, J., & Bonneau, R. H. (2008). Psychological stress impairs the local CD8+ T cell response to mucosal HSV-1 infection and allows for increased pathogenicity via a glucocorticoid receptor-mediated mechanism. *Psychoneuroendocrinology*, 33(7), 951–963. <https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2008.04.010>

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

A Practical Introduction to Factor Analysis: Exploratory Factor Analysis. UCLA: Statistical Consulting Group. From <https://stats.oarc.ucla.edu/spss/seminars/introduction-to-factor-analysis/a-practical-introduction-to-factor-analysis/> (Recuperado, 31/05/2024)

Bangasser, D. A., & Wiersielis, K. R. (2018). Sex differences in stress responses: a critical role for corticotropin-releasing factor. *Hormones*, 17(1), 5–13. <https://doi.org/10.1007/s42000-018-0002-z>

Baqutayan, S. M. (2015). Stress and coping mechanisms: A historical overview. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 6(2S1), 479–488. <https://doi.org/10.5901/mjss.2015.v6n2s1p479>

Bangasser, D. A., & Valentino, R. J. (2014). Sex differences in stress-related psychiatric disorders: Neurobiological perspectives. *Frontiers in Neuroendocrinology*, 35(3), 303–319. <https://doi.org/10.1016/j.yfrne.2014.03.008>

Bailey, A. H., LaFrance, M., & Dovidio, J. F. (2019). *Is Man the Measure of All Things? A Social Cognitive Account of Androcentrism*. *Personality and Social Psychology Review*, 23(4), 307-331. <https://doi.org/10.1177/1088868318782848>

Berra, E. Muñoz, S, I. Vega, C, Z. Silva, A. Gómez, G. (2014). Emociones, estrés y afrontamiento en adolescentes desde el modelo de Lazarus y Folkman. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 16(1), 37–57.

Brougham, R. R., Zail, C. M., Mendoza, C. M., & Miller, J. R. (2009). Stress, sex differences, and coping strategies among college students. *Current Psychology*, 28(2), 85–97. <https://doi.org/10.1007/s12144-009-9047-0>

Butler, J. (1990). *El género en disputa: el feminismo y la subversión de la identidad*. Paidós

- Butler, D. M., Tavits, M., & Hadzic, D. (2023). *Gender Bias in Policy Representation in Post-Conflict Societies*. *Political Research Quarterly*, 76(1), 200-212. <https://doi.org/10.1177/10659129211045020>
- Camargo, B. (2004). Estrés, síndrome general de adaptación o reacción general de alarma. *Revista Médico Científica*, 17(2), 78–86.
- Cabanach, R., Fariña, F., Freire, C., González, P. y Ferradás, M. M. (2013). Diferencias en el afrontamiento del estrés en estudiantes universitarios hombres y mujeres. *European Journal of Education and Psychology*, 6(1), 19-32.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, K. J. (1989). Assessing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267–283. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>
- Castaño F., E., & León del Barco, B. (2010). Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos de. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 10(2), 245–257. Recuperado de <http://www.redalyc.org/html/560/56017095004/>
- Chang, A.M., Mumma, B., Sease, K.L., Robey, J.L., Shofer, F.S. and Hollander, J.E. (2007), Gender Bias in Cardiovascular Testing Persists after Adjustment for Presenting Characteristics and Cardiac Risk. *Academic Emergency Medicine*, 14: 599-605. <https://doi.org.dibpxy.uaa.mx/10.1111/j.1553-2712.2007.tb01842.x>
- Cislak, A., Formanowicz, M., & Saguy, T. (2018). Bias against research on gender bias. *Scientometrics*, 115(1), 189–200. <https://doi.org/10.1007/s11192-018-2667-0>
- Contrada, J. R., & Baum, A. (Eds.). (2011). *The Handbook of Stress Science*(First). New York, NY: Springer International Publishing.
- Cobb, S. (1976). Social Support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine*, 34, 300-314

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Cohen, S. (1988). Psychosocial models of social support in the etiology of physical disease. *Health Psychology*, 7, 269-297.

Cohen S, Underwood LG, Gottlieb BH. (2000). *Social Support Measurement and Intervention. A Guide for Health and Social Scientists*. New York: Oxford University Press; 2000.

Collins, A., Eneroth, P., & Landgren, B. M. (1985). Psychoneuroendocrine stress responses and mood as related to the menstrual cycle. *Psychosomatic Medicine*, 47(6), 512–527. <https://doi.org/10.1097/00006842-198511000-00002>

Cook, C. J., Fourie, P., & Crewther, B. T. (2021). Menstrual variation in the acute testosterone and cortisol response to laboratory stressors correlate with baseline testosterone fluctuations at a within- and between-person level. *Stress*, 24(4), 458–467. <https://doi.org/10.1080/10253890.2020.1860937>

Copenhaver, M. M., Lash, S. J., & Eisler, R. M. (2000). Masculine gender-role stress, anger, and male intimate abusiveness: Implications for men's relationships. *Sex Roles: A Journal of Research*, 42(5-6), 405–414. <https://doi.org/10.1023/A:1007050305387>

Cramer, R. J., Braitman, A., Bryson, C. N., Long, M. M., & Guardia, A. C. L. (s. f.). The Brief COPE: Factor Structure and Associations With Self- and Other-Directed Aggression Among Emerging Adults. *Evaluation & the Health Professions*, 43(2), 120-130. <https://doi.org/10.1177/0163278719873698>

Cruz Marín Carlos y Luís Vargas Fernández (2001), *Estrés; entenderlo es manejarlo*, México: Alfa Omega

Daviu, N., Bruchas, M. R., Moghaddam, B., Sandi, C., & Beyeler, A. (2019). Neurobiological links between stress and anxiety. *Neurobiology of Stress*, 11(August), 100191. <https://doi.org/10.1016/j.ynstr.2019.100191>

Davcik, N. (2014), "The use and misuse of structural equation modeling in management research: A review and critique". *Journal of Advances in*

De La Rosa-Rojas, G., Chang-Grozo, S., Delgado-Flores, L., Oliveros-Lijap, L., Murillo-Pérez, D., Ortiz-Lozada, R., ... Carreazo, N. Y. (2015). Niveles de estrés y formas de afrontamiento en estudiantes de Medicina en comparación con estudiantes de otras escuelas. *Gaceta Medica de Mexico*, 151(4), 443–449.

De la iglesia, G. Castro Solano, A. Fernandez Liporace, M. (2018). Perfiles de afrontamiento del estrés en adolescentes : su relación con la psicopatología. *Revista de Psicología (Trujillo)*, 14(27), 77–92.

Díaz-Hernández, V. & Merchant-Larios, H. (2017). Consideraciones generales en el establecimiento del sexo en mamíferos. TIP: *Revista especializada en ciencias químico-biológicas*, 20(1). Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S1405-888X2017000100027&script=sci_arttext

Dijkstra, A.F., Verdonk, P. and Lagro-Janssen, A.L.M. (2008), Gender bias in medical textbooks: examples from coronary heart disease, depression, alcohol abuse and pharmacology. *Medical Education*, 42: 1021-1028. <https://doi-org.dibpxy.uaa.mx/10.1111/j.1365-2923.2008.03150.x>

Donoso-Vázquez, T., & Carvalho, M. E. P. de. (2016). La Perspectiva De Género En La Investigación Educativa. *Cadernos de Pesquisa*, 23(3), 78. <https://doi.org/10.18764/2178-2229.v23n3p78-87>

Durkheim, E. (2012). *El suicidio* (Trad. S.Chaparro). Ediciones Akal. (Publicado originalmente en 1897).

Duval, F., González, F., & Rabia, H. (2010). *Neurobiología del estrés* *Neurobiology of stress*. 48(4), 307–318. Retrieved from www.sonepsyn.cl

Educación sexual. El sexo biológico. Disponible en: <https://www.educacionsexual.org/definiciones/sexo-biologico/>

Encyclopedia Britannica. (12 de octubre 2018). Hans Selye. Recuperado de:
www.brittanica.com/biography/Hans-Selye

Eisenbarth, C.A. (2019) Coping with Stress: Gender differences among college students. *College student journal*.53(2). 151-162.
<https://www.ingentaconnect.com/content/prin/csj/2019/00000053/00000002/art00002>

Everly, G., & Lating, J. (2013). *A Clinical Guide to the Treatment of the Human Stress Response*. Doi: 10.1007/978-1-4614-5538-7

Fernández González, L., González Hernández, A., & Trianes Torres, M. V. (2017). Relaciones entre estrés académico, apoyo social, optimismo-pesimismo y autoestima en estudiantes universitarios. *Electronic Journal of Research in Education Psychology*,13(35), 111–130.
<https://doi.org/10.14204/ejrep.35.14053>

Ferguson, K. M., Bender, K., & Thompson, S. J. (2015). Gender, coping strategies, homelessness stressors, and income generation among homeless young adults in three cities. *Social Science and Medicine*,135, 47–55. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2015.04.028>

Ferrer-Pérez, V. A., & Bosch-Fiol, E. (2019). El Género en el Análisis de la Violencia contra las Mujeres en la Pareja: de la “Ceguera” de Género a la Investigación Específica del Mismo. *Anuario de Psicología Jurídica*,29(1), 69–76. <https://doi.org/10.5093/apj2019a3>

Folkman, S & Lazarus, R S, (1980). An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, 21, pp. 219–239.

Folkman, S., & Lazarus, R. S., (1985). If it changes it must be a process: A study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of personality and social psychology*; 48: 150-170.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Folkman, S. (1991). Coping across the life span: Theoretical issues. In E.M. Cumming, A.L. Greene, & K.H. Karraker (Eds.), *Life-span developmental psychology: Perspectives on stress and coping* (pp. 3-19). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

Folkman, S. (1992). Making the case for coping. In B.N. Carpenter (Ed.), *Personal coping: Theory, research and application* (pp. 31-46). Westport, CT: Praeger.

Frankenhaeuser, M., von Wright, M. R., Collins, A., von Wright, J., Sedvall, G., & Swahn, C. G. (1978). Sex differences in psychoneuroendocrine reactions to examination stress. *Psychosomatic Medicine*, 40(4), 334–343. <https://doi.org/10.1097/00006842-197806000-00006>.

Frisch, J. U., Häusser, J. A., & Mojzisch, A. (2015). The Trier Social Stress Test as a paradigm to study how people respond to threat in social interactions. *Frontiers in Psychology*, 6(FEB), 1–15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00014>

Garb, H. N. (1997). Race bias, social class bias, and gender bias in clinical judgment. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 4(2), 99–120. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2850.1997.tb00104.x>

García Dauder, S. (2020). La teoría crítica feminista como correctivo epistémico en psicología. *Atlánticas. Revista Internacional de Estudios Feministas*, 4(1), 117–150. <https://doi.org/10.17979/arief.2019.4.1.4843>

Garzón-Segura, A. M. (2015). El papel del género en la psicología: una revisión desde la investigación e intervención psicológica. (Documento de docencia No. 12). Bogotá: Ediciones Universidad Cooperativa de Colombia. doi:<http://dx.doi.org/10.16925/greylit.1276>

Gao, W., Ping, S., & Liu, X. (2020). Gender differences in depression, anxiety, and stress among college students: A longitudinal study from China. *Journal of Affective Disorders*, 263, 292–300. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.11.121>

- Gelabert, J., & Muntaner-Mas, A. (2017). Estrés académico y emociones académicas en estudiantes universitarios. *Revista Internacional de Aprendizaje En Educación Superior*,4(1), 1–7.
- Graves BS, Hall ME, Dias-Karch C, Haischer MH, Apter C (2021) Gender differences in perceived stress and coping among college students. *PLOS ONE* 16(8): e0255634. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0255634>
- Goel, N., & Bale, T. L. (2009). Examining the intersection of sex and stress in modelling neuropsychiatric disorders. *Journal of Neuroendocrinology*, 21(4), 415–420. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2826.2009.01843.x>
- Goldstein, J. M., Jerram, M., Abbs, B., Whitfield-Gabrieli, S., & Makris, N. (2010). Sex differences in stress response circuitry activation dependent on female hormonal cycle. *Journal of Neuroscience*, 30(2), 431–438. <https://doi.org/10.1523/JNEUROSCI.3021-09.2010>
- Goldfarb, E. V., Seo, D., & Sinha, R. (2019). Sex differences in neural stress responses and correlation with subjective stress and stress regulation. *Neurobiology of Stress*, 11(May), 100177. <https://doi.org/10.1016/j.ynstr.2019.100177>
- Gordon, J. L., & Girdler, S. S. (2014). Mechanisms underlying hemodynamic and neuroendocrine stress reactivity at different phases of the menstrual cycle. *Psychophysiology*, 51(4), 309–318. <https://doi.org/10.1111/psyp.12177>
- Hamaideh, S. H. (s. f.). Gender differences in stressors and reactions to stressors among Jordanian university students. *International Journal of Social Psychiatry*, 58(1), 26-33. <https://doi.org/10.1177/0020764010382692>
- Hankin, L Benjamin; Mermelstein, Robin & Roesch, L. (2007). Sex Differences in Adolescent Depression: Stress Exposure and Reactivity Models. *Child Development*,78(1), 279–295. [https://doi.org/10.1016/S0925-5273\(96\)00118-1](https://doi.org/10.1016/S0925-5273(96)00118-1)

Henderson, D. X., Jabar Joseph, J., Martin, P., Mburi, M., Stanley, M., McField, A., Irsheid, S., Lee, A., & Corneille, M. (2021). An investigation of coping in response to different race-related stressor experiences in school among racially diverse participants. *American Journal of Orthopsychiatry*, 91(2), 181–192. <https://doi.org/10.1037/ort0000529>

Hobfoll, S. E., & Leiberman, J. R. (1987). Personality and Social Resources in Immediate and Continued Stress Resistance Among Women. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(1), 18–26. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.1.18>

House, J. S., Landies, K. R., & Umberson, F., (1988). *Social relationships and health. Science*, 241: 540-550.

Kajantie, E., & Phillips, D. I. W. (2006). The effects of sex and hormonal status on the physiological response to acute psychosocial stress. *Psychoneuroendocrinology*, 31(2), 151–178. <https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2005.07.002>

Kim, M. S., & Duda, J. L. (2003). The Coping Process: Cognitive Appraisals of Stress, Coping Strategies, and Coping Effectiveness. *Sport Psychologist*, 17(4), 406–425. <https://doi.org/10.1123/tsp.17.4.406>

Knudtson, J & McLaughlin, J.E. (2022). *Endocrinología reproductiva femenina*. Manual MSD versión para profesionales. Recuperado 1 de Junio de 2022. De: <https://www.msdmanuals.com/es-mx/professional/ginecolog%C3%ADa-y-obstetricia/endocrinolog%C3%ADa-reproductiva-femenina/endocrinolog%C3%ADa-reproductiva-femenina>

Krohne, H.W.. (2001). Stress and Coping Theories. 10.1016/B0-08-043076-7/03817-1.

Ksir, C., & Hart, C. L. (2016). *Correlation still does not imply causation*. The Lancet Psychiatry, 3(5), 401. doi:10.1016/s2215-0366(16)30005-0ç

Laqueur, T. (1994). *La construcción del sexo. Cuerpo y género desde los griegos hasta Freud*. Madrid, Crítica

Lazarus, R S, (1966). *Psychological Stress and the Coping Process*. New York: McGraw-Hill.

Lazarus, R. S., & Folkman, S.(1986). Dynamics of a Stressful Encounter: Cognitive Appraisal, Coping, and Encounter Outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*. 50(5), 992-1003.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1987). Transactional theory and research on emotions and coping. *European Journal of Personality*,1(3), 141–169. <https://doi.org/10.1002/per.2410010304>

Lundine, J., Bourgeault, I. L., Clark, J., Heidari, S., & Balabanova, D. (2019). *Gender bias in academia*. *The Lancet*, 393(10173), 741–743. [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(19\)30281-8](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(19)30281-8)

Mason, J. W. (1972). A re-evaluation of the concept of “non-specificity” in stress theory. *Principles, Practices, and Positions in Neuropsychiatric Research*, 323–333. doi:10.1016/b978-0-08-017007-7.50

Matud, M. P. (2004). Gender differences in stress and coping styles. *Personality and Individual Differences*, 37(7), 1401–1415. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2004.01.010>

Marecek, J., & Gavey, N. (2013). DSM-5 and beyond: A critical feminist engagement with psychodiagnosis. *Feminism and Psychology*, 23(1), 3–9. <https://doi.org/10.1177/0959353512467962>

Mills, M. J., Culbertson, S. S., Huffman, A. H., & Connell, A. R. (2012). Assessing gender biases: Development and initial validation of the gender role stereotypes scale. *Gender in Management*, 27(8), 520–540. <https://doi.org/10.1108/17542411211279715>

- Mónaco, E. Schoeps, K. Montoya-Castilla, I. (2017). La personalidad y su relación con el afrontamiento al estrés. *Calidad de Vida y Salud Salud*, 10(2), 83–91. <https://doi.org/10.15344/2455-3867/2018/153>
- Neufeld, R. W. J., & Davidson, P. O. (1974). SEX DIFFERENCES IN STRESS RESPONSE: A MULTIVARIATE ANALYSIS. *Journal of Abnormal Psychology*, 83(2), 178–185.
- Orlandini, A. (2014). *El estrés*. México: Fondo de Cultura Económica
- Parlee, M. B. (2014). Feminism and psychology. *Revolutions in Knowledge: Feminism in the Social Sciences*, 69(7), 33–56. <https://doi.org/10.4324/9780429304750-3>
- Patchev, V.K., Hayashi, S., Orikasa, C., Almeida, O.F.X., 1995. Implications of estrogen-dependent brain organization for gender differences in hypothalamo-pituitary-adrenal regulation. *FASEB J.* 9, 419–423.
- Pinkerton, J. (2022). *Amenorrea - Ginecología y obstetricia*. Manual MSD versión para profesionales. Recuperado 1 Junio 2022, de <https://www.msmanuals.com/es/professional/ginecolog%C3%ADa-y-obstetricia/anomal%C3%ADas-menstruales/amenorrea>.
- Piña, J.A. (2016). *Conceptual and methodological mistakes in Psychology and Health: A case study of the use and abuse of structural equation modeling*. *Papeles del Psicólogo*, 37(3), 231-239.
- Polanco-Roman, L., Danies, A., & Anglin, D. M. (2016). Racial discrimination as race-based trauma, coping strategies, and dissociative symptoms among emerging adults. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 8(5), 609–617. <https://doi.org/10.1037/tra0000125>
- Prior, J. (1997). *El estrés cultural suprime la ovulación: riesgo para la osteoporosis. Vivir con salud haciendo posibles las diferencias. Instituto de la Mujer (Colección Debate). Madrid.20*, 47–56.

Quezada-Berumen, L., De La Rubia, J. M., Ibarra-González, L. D., & González-Ramírez, M. T. (2018). Validation study of the Stress Coping Questionnaire with trans people from Mexico. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 23(2), 121–134. <https://doi.org/10.5944/rppc.vol.23.num.2.1018.19367>

Rangel, L. P. C., & García Becerra, A. M. (2016). Stress as a limiting factor in the decision making process: A review from gender differences. *Avances En Psicología Latinoamericana*, 34(1), 19–28. <https://doi.org/10.12804/apl34.1.2016.02>

Recio, R. V. (2014). Investigación , género y ética : una triada necesaria para el cambio. *FORUM: QUALITATIVE SOCIAL RESEARCH SOZIALFORSCHUNG*, 15(2).

Reich, M., Costa-Ball, C. D., & Remor, E. (2016). Estudio de las propiedades psicométricas del Brief COPE para una muestra de mujeres uruguayas. *Avances en Psicología Latinoamericana*. 34(3), 615-636. doi: <http://dx.doi.org/10.12804/apl34.3.2016.13>

Reid, R. L., & Soares, C. N. (2018). Premenstrual Dysphoric Disorder: Contemporary Diagnosis and Management. *Journal of Obstetrics and Gynaecology Canada*, 40(2), 215–223. <https://doi.org/10.1016/j.jogc.2017.05.018>

Rosser, S. V. (1992). Is there androcentric bias in psychiatric diagnosis? *Journal of Medicine and Philosophy (United Kingdom)*, 17(2), 215–231. <https://doi.org/10.1093/jmp/17.2.215>

Rubio, L., Dumitrache, C., Cordon-Pozo, E., & Rubio-Herrera, R. (2016). Coping: Impact of Gender and Stressful Life Events in Middle and in Old Age. *Clinical Gerontologist*, 39(5), 468–488. <https://doi.org/10.1080/07317115.2015.1132290>

Ruiz-Cantero, M. T., Vives-Cases, C., Artazcoz, L., Delgado, A., Calvente, M. D. M. G., Miqueo, C., ... Valls, C. (2007). A framework to analyse gender bias

in epidemiological research. *Journal of Epidemiology and Community Health*,61(SUPPL. 2), 46–53. <https://doi.org/10.1136/jech.2007.062034>

Sanchez X, Boschker MS, Llewellyn DJ. Pre-performance psychological states and performance in an elite climbing competition. *Scand J Med Sci Sports*. 2010 Apr;20(2):356-63. doi: 10.1111/j.1600-0838.2009.00904.x. Epub 2009 Mar 25. PMID: 19486480.

Sandín, S; Chorot, P. (2003). Cuestionario de Afrontamiento del estrés (CAE): Desarrollo y Validación Preliminar. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 8(1), 39–54. [https://doi.org/10.1016/0032-0633\(79\)90112-0](https://doi.org/10.1016/0032-0633(79)90112-0)

Scherer, R. F., Luther, D. C., Wiebe, F. A., & Adams, J. S. (1988). Dimensionality of coping: Factor stability using the ways of coping questionnaire. *Psychological Reports*, 62(3), 763–770. <https://doi.org/10.2466/pr0.1988.62.3.763>

Schmied, E. A., Padilla, G. A., Thomsen, C. J., Lauby, M. D. H., Harris, E., & Taylor, M. K. (2015). Sex differences in coping strategies in military survival school. *Journal of Anxiety Disorders*, 29, 7–13. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2014.10.005>

Schliep, K. C., Mumford, S. L., Vladutiu, C. J., Ahrens, K. A., Perkins, N. J., Sjaarda, L. A., ... Schisterman, E. F. (2015). Perceived stress, reproductive hormones, and ovulatory function. *Epidemiology*,26(2), 177–184. <https://doi.org/10.1097/EDE.0000000000000238>

Selye, H. (1956). *The Stress of Life*. New York: McGraw-Hill.

Shansky, R. M., Glavis-Bloom, C., Lerman, D., McRae, P., Benson, C., Miller, K., ... Arnsten, A. F. T. (2004). Estrogen mediates sex differences in stress-induced prefrontal cortex dysfunction. *Molecular Psychiatry*,9(5), 531–538. <https://doi.org/10.1038/sj.mp.4001435>

Skoluda, N. y Nater, U. M. (2013). Consequences of developmental stress in humans: prenatal stress. En G. Laviola y s. Macrí (eds.). *Adaptive and*

maladaptive aspects of developmental stress, current topics in neurotoxicity 3. DOI: 10.1007/978-1-4614-5605-6_6

Sunindijo, R. Y., & Kamardeen, I. (2017). Work Stress Is a Threat to Gender Diversity in the Construction Industry. *Journal of Construction Engineering and Management*, 143(10), 04017073. [https://doi.org/10.1061/\(asce\)co.1943-7862.0001387](https://doi.org/10.1061/(asce)co.1943-7862.0001387)

Suwinyattichaiorn, T., & Johnson, Z. D. (2022). *The Impact of Family and Friends Social Support on Latino/a First-Generation College Students' Perceived Stress, Depression, and Social Isolation*. *Journal of Hispanic Higher Education*, 21(3), 297-314. <https://doi.org/10.1177/1538192720964922>

Ter Horst, G. J., Wichmann, R., Gerrits, M., Westenbroek, C., & Lin, Y. (2009). Sex differences in stress responses: Focus on ovarian hormones. *Physiology and Behavior*, 97(2), 239–249. <https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2009.02.036>

Thoits, A. P. (1986). Social Support as Coping Assistance. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 54(4), 416–423. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.54.4.416>

Trainor, B. C., Takahashi, E. Y., Campi, K. L., Florez, S. A., Greenberg, G. D., Laman-Maharg, A., ... Steinman, M. Q. (2013). Sex differences in stress-induced social withdrawal: Independence from adult gonadal hormones and inhibition of female phenotype by corn cob bedding. *Hormones and Behavior*, 63(3), 543–550. <https://doi.org/10.1016/j.yhbeh.2013.01.011>

Ussher, J. M. (2013). Diagnosing difficult women and pathologising femininity: Gender bias in psychiatric nosology. *Feminism and Psychology*, 23(1), 63–69. <https://doi.org/10.1177/0959353512467968>

Van de Schoot, R., de Bruin, J., Schram, R. et al. (2021). An open source machine learning framework for efficient and transparent systematic reviews. *Nat Mach Intell*, 3, 125–133. <https://doi.org/10.1038/s42256-020-00287-7>

Vaux, A. (1990). An Ecological approach to understanding and facilitating social support. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 507–518. <https://doi.org/Doi 10.1177/0002764213490695>

Vidal Conti, J., Muntaner, A., & Palou Sampol, P. (2018). Diferencias de estrés y afrontamiento del mismo según el género y cómo afecta al rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Contextos Educativos: Revista de Educación*, 22(22), 181–195. Retrieved from <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6524978>

Walden, R. (2007). Gender bias in research [8]. *Journal of the Royal Society of Medicine*, 100(2), 66. <https://doi.org/10.1177/014107680710000211>

Willet, C.L. (2023) Why Correlation doesn't imply causation: Improving Undergraduates Understanding of Research Design. thesis.

Whitman, N. A. (1984). *Student Stress: Effects and Solutions*. ASHE-ERIC Higher Education Research Report No. 2, 1984. Retrieved from <http://myaccess.library.utoronto.ca/login?url=https://search.proquest.com/docview/63451140?accountid=14771>

Yılmaz Koğar, E., & Koğar, H. (2024). A systematic review and meta-analytic confirmatory factor analysis of the perceived stress scale (PSS-10 and PSS-14). *Stress and Health*, 40(1), e3285. <https://doi.org/10.1002/smi.3285>